



”Oli hienoa olla mukana hetki hetkeltä yhdessä maailman ihmeistä”

Isien kokemuksia synnytyksessä
mukanaolosta

Mari Rajasalo

Miia Vuorinen

Opinnäytetyö
Joulukuu 2014
Hoitotyö
Kätilötyön sv

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Kätilö

Mari Rajasalo & Miia Vuorinen

”Oli hienoa olla mukana hetki hetkeltä yhdessä maailman ihmeistä.”

Isien kokemuksia synnytyksessä mukanaolosta.

Opinnäytetyö 50 sivua, joista liitteitä 7 sivua
Joulukuu 2014

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten isät saavat synnytyksen aikana tukea kätilöltä. Tavoitteena oli saada tietoa kuinka isät kokevat synnytyksen ja kätilön antama tuen nimenomaan isien näkökulmasta. Tavoitteenamme oli myös saada lisää tietoa isien saamasta tuesta ja tuen tarpeesta sekä kehittää sen avuin kätilötyötä.

Opinnäytetyössä käsitellään syntymänaikaista tuensaantia ja synnytystä tarkastellaan vain isän näkökulmasta. Aihe on rajattu käsittelemään alatiesynnytyksiä ja niiden aikana saatua tukea. Tuen saannin lisäksi opinnäytetyössä käsitellään synnytyskokemusta yleisesti isän kannalta ja selvitetään hyvään synnytyskokemukseen liittyviä tekijöitä.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Tutkimukseen osallistui 17 isää. Aineisto kerättiin kyselylomakkeilla. Kyselyt toteutettiin syksyllä 2013 ja keväällä 2014. Kyselylomake lähetettiin internetin kautta 39 isälle, joista valideja vastauksia saatiin 17kpl.

Suurin osa isistä jäi kaipaamaan tiedollista ja konkreettista apua, sekä varhaisen vuorovaikutuksen tukemista. Isät kokivat jäävänsä myös ulkopuolisiksi ja avuttomiksi nähdessään ja kokiessaan puolisonsa kivun. Positiiviseksi asiaksi nousi kuitenkin vahvasti vastasyntyneen ensinäkeminen ja oman lapsen syntymässä mukana oleminen.

Tutkimustulosten mukaan kätilöiden tulisi erityisesti kiinnittää huomiota tiedonantamiseen sekä isän mukaan ottamiseen ja kannustamiseen. Vaikka isän huomioiminen ja tukeminen synnytyksen aikana on tärkeää, koettiin kätilön päätehtäväksi äidin ja tulevan lapsen turvallisuudesta huolehtiminen, jolloin isän huomioiminen voi toisinaan hyväksytysti jäädä pienempää rooliin.

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing and Health Care
Options of Midwifery

Mari Rajasalo & Miia Vuorinen
“It Was Great to Experience the Miracle of Birth Moment by Moment”
Fathers' Experiences of Being Involved in Labour.

Bachelor's thesis 50 pages, appendices 7 pages
December 2014

The purpose of this study was to find out how fathers get support from the midwife during the labour. The goal was to gather information on how fathers experience the labour and the support they get from the midwife, emphasizing the fathers perspective. We also try to gather more information on what kind of support fathers get and necessity of it and with the help of this information improve midwifery.

In this study we handle the support given during labour and the labour is viewed only from the fathers perspective. The subject is limited vaginal delivery and the support given during that. This study also handles the birth experience in general from the fathers perspective and to find out good factors to a good birth experience.

This study was implemented as a qualitative research. Seventeen fathers contributed to this research. The material was gathered with questionnaires. The questionnaires were implemented between autumn 2013 and spring 2014. The questionnaire was sent to total of 39 fathers of which 17 valid answers were received.

Most of the fathers wanted more information and concrete help and support for getting early interaction with the newborn. Fathers also felt as they were outsiders and helpless when they saw their spouse in pain. The most positive thing was seeing their newborn for the first time and participating the labour.

According the results midwives should pay attention on giving information to the father, try to get the father to participate and to support the father. Although taking the father in consideration and supporting the father is important, fathers feel that the midwife's main job is to take care of the wellbeing of the mother and the newborn thus sometimes leaving the father aside is acceptable.

Key words: father, midwife, support, experience, labour

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	7
3 ISYYDEN HISTORIA	8
4 ISÄ JA SYNTYMÄ	10
5 ISÄN TEHTÄVIÄ SYNNYTYKSESSÄ	12
5.1 Henkinen tuki	12
5.2 Konkreettinen apu	13
6 KÄTILÖN ROOLI ISÄN TUKEMISESSA	15
6.1 Kätilön antama tuki ja läsnäolo	15
6.2 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys	17
7 ISÄN SYNNYTYSKOKEMUS	19
7.1 Kokemuksen määrittely	19
7.2 Isän synnytyskokemukseen vaikuttavia tekijöitä	19
7.2.1 Hoitohenkilökunta	20
7.2.2 Rooli, kommunikointi ja tuki	21
7.2.3 Puolison kipu	22
7.3 PERHEKESKEISYYS SYNNYTYKSESSÄ	23
8 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	24
8.1 Laadullinen tutkimus	24
8.2 Tutkimuksen vaiheet	24
8.2.1 Tiedonhaku ja tutkimusaineiston keruu	25
8.2.2 Tutkimusaineiston kuvaus	26
8.3 Tutkimusaineiston analysointi	27
9 TUTKIMUSETIIKKA JA TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	30
10 TULOKSET	31
10.1 Isän synnytyskokemus	31
10.1.1 Positiivinen synnytyskokemus	31
10.1.2 Negatiivinen synnytyskokemus	32
10.2 Isien kokemus saamastaan tuesta	33
10.2.1 Tiedon saaminen ja ohjeiden antaminen	33
10.2.2 Isän huomioiminen ja kannustaminen	34
10.2.3 Tuen puuttuminen	34

10.3 Isän kokema rooli synnytyksessä	35
10.3.1 Synnytyksen läpikäyminen yhdessä ja synnyttäjän psyykkinen tukeminen	35
10.3.2 Konkreettinen tukeminen	36
10.3.3 Osallistuminen synnytyksen eri vaiheisiin	36
10.3.4 Hyödytön rooli	37
10.4 Hyvän kättilön ominaisuuksia isän positiivisen synnytyskokemuksen kannalta	37
10.4.1 Isän huomioiminen	38
10.4.2 Tiedonantaminen ja ohjeistaminen	38
10.4.3 Synnyttäjän turvallisuudesta huolehtiminen	39
10.4.4 Hyvän kättilön piirteitä	40
11 POHDINTA	42
LÄHTEET	44
LIITTEET	47
Liite 2. Kyselylomake	48
Liite 3. Luokiteltu aineisto	50

1 JOHDANTO

Isän osallistumista synnytykseen on kuvattu osaksi isäksi tulemisen rituaalia. Erityisesti viime vuosikymmenten aikana isiä on yhä enemmän kannustettu osallistumaan synnytyksiin. (Johansson, Rubertsson, Rådestad & Hildingsson 2011:12.) Suomessa isiä on otettu synnytyssaliin 1970-luvulta lähtien (Messiäislehto-Soukka 2005:14), ja yleisesti 1980-luvulta lähtien on alettu kiinnittämään huomiota isien kokemuksiin ja odotuksiin synnytykseen liittyen. Vasta 1990-luvulta lähtien lähes kaikki isät ovat osallistuneet lastensa syntymään. (Johansson ym. 2011:12.)

Synnytyksessä läsnä oleminen on yhdistetty muun muassa emotionaaliseen, sitoutuneeseen ja kypsään isyyteen, ja sillä on kuvattu olevan hyötyä sekä isän, puolison ja lapsen terveyteen (Johansson ym. 2011:12). Synnytykseen osallistuvalla isällä voi olla monia erilaisia rooleja. Jokainen pari tekee itse omat ratkaisunsa, eikä oikeita tai vääriä valintoja ole. Synnytyksessä tärkeintä on, että sekä äiti että isä ovat tyytyväisiä. (Mykkänen 2012.)

Kätilön antamalla tuella on suuri vaikutus isän synnytyskokemukseen. Kätilöltä saatu tuki sekä kätilön läsnäolo synnytyksessä vaikuttavat synnytyskokemukseen positiivisesti. (Hildingsson, Cederlöf & Widén 2011: 132-133.) Paremmalla yksilöllisellä tuella voidaan lisätä isän mukana oloa ja luottavaisuutta synnytyksen aikana. Tällöin isät voivat olla paremmin tukena puolisolleen, mikä voisi johtaa myönteisempään synnytyskokemukseen. (Bäckström & Wahn 2011: 71.)

Opinnäytetyössämme selvitämme millainen synnytyskokemus on isän kokemana ja millaista tukea isät saavat kätilöltä synnytyksen aikana. Isien kokeman synnytyskokemuksen tutkiminen on tärkeää kätilötyön kehittämisen kannalta, sillä silloin isien läsnäoloa synnytyksessä voidaan jatkossa huomioida paremmin. Opinnäytetyön tavoitteena on antaa jo valmiille kätilöille sekä kätilöopiskelijoille tietoa, kuinka tukea ja auttaa isiä paremmin positiivisen synnytyskokemuksen saamiseksi.

2 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tarkoituksena on laadullisen kyselyn avulla selvittää, millaista tukea synnytyksiin osallistuneet isät kokivat saaneensa kätilöiltä, sekä selvittää, miten isän synnytyskokemus voi olla mahdollisimman positiivinen.

Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa isien saamasta tuesta ja tuen tarpeesta synnytyksen aikana, sekä isän kokemasta synnytyskokemuksesta ja sen avulla kehittää isien huomioimista kätilötyössä.

Kirjallisuuden perusteella muodostimme seuraavanlaiset tutkimustehtävät, joihin opinnäytetyössämme pyrimme saamaan vastauksen:

1. Millaista tukea isä saivat kätilöltä?
2. Mitä positiivista isät kokivat synnytyksessä mukana olosta?
3. Mitä negatiivista isät kokivat synnytyksessä mukana olosta?
4. Millaiseksi isät kokivat roolinsa synnytyksessä?

3 ISYYDEN HISTORIA

Isän perinteisenä roolina yhteiskunnassa on kuvattu olevan perheen elättäjä. 1960-luvulla miehet alkoivat osallistua synnytykseen, mutta etenkin länsimaissa vallitsi vahva mielipide miesten osallistumisesta synnytykseen: tavallisin mielipide oli se, että mies voi levittää infektioita. (Hildingsson, Cederlöf & Widén 2011: 129-130.)

Isä on synnytyksessä kaikkea muuta kuin turha. Sen ymmärsi terveydenhuoltoneuvos Leena Valvanne tuodessaan 60-luvulla Suomeen ajatuksen isien läsnäolosta synnytyksessä. Tehtävä ei ollut helppo. Lääkärikunta ja kätilöt väittivät isien ”häiritsevän työ-rauhaansa, olevan infektioriski syntyvälle lapselle ja tekevän synnytyksestä kamalan sirkuksen”. Kesti lähes kaksi vuosikymmentä, ennen kuin isät lopulta toivotettiin tervetulleiksi sairaaloihin. Pinnan alla kytee vieläkin jännitteitä näistä asenteista. Toisaalta vallalla on myös päinvastainen teoria. Kun isät on vaivoin saatu hyväksytyksi mukaan synnytykseen, on nyt kaikkien isien riennettävä synnytyssaliin vaikka hampaat irvessä, riippumatta siitä mitä mieltä isä tai äiti itse on. (Hirvonen 2002:11.)

Kauan aikaa sitten raskautta ja synnytystä pidettiin naisellisena toimintona ja miehet olivat ulkopuolisia osallistumaan (Premberg, Carlsson, Hellström & Berg 2011: 848). Yleisin naisten tuki synnytyksen aikana oli joku läheinen tai sukulainen (Hildingsson ym. 2011: 130). Vuosisatojen ajan hyväksytty käytäntö synnytyksessä on ollut emotionaalinen tuki naiselta naiselle. Vasta viime vuosikymmeninä isät ovat ottaneet aktiivisen roolin synnytysprosessiin. (Capogna, Camorcia & Stirparo 2007: 110.) Myöhemmin on myös ymmärretty se, että miehillä on voimakas halu jakaa synnytyskokemus kumppaninsa kanssa. Isien läsnäolo synnytyksessä vahvistaa heidän tunnettaan muodostaa perhe yhdessä naisen kanssa. (Hildingsson ym. 2011: 130.)

Capogna ym (2007) painottavat, että miesten läsnäolosta synnytyssalissa on tullut rutiinia. Naiset, kenen tukena synnytyksessä olivat heidän puolisonsa, kokivat vähemmän kipua, tarvitsivat vähemmän kivunlievittäjää ja kokemus synnytyksestä oli ylipäättänsä parempi. (Capogna ym. 2007: 110.) Ruotsissa 1970-luvusta lähtien isiä on rohkaistu osallistumaan perhevalmennukseen ja synnytykseen sekä luomaan side lapsen varhaisessa vaiheessa (Hildingsson ym. 2011: 130).

1980-luvun jälkeen tunteet, näkökulmat, motivaatio ja odotukset alkoivat tulla esille. Huomio on kuitenkin pääasiallisesti keskittynyt miesten tukea antavaan rooliin, eikä heidän omaan kokemukseensa synnytyksestä. Vasta viime vuosina isien tunteet synnytyksen aikana ovat saaneet paljon huomiota, vaikka tulosten löydökset eivät ole olleet yhteneviä. (Hildingsson ym. 2011: 130.)

Viimeisten vuosikymmenten yhteiskunnallisten muutosten myötä perinteiset perhe-, suku- ja kyläyhteisöt ovat hajonneet. Kun ennen esimerkiksi lisääntymistä koskeva tieto periyttiin suoraan äidiltä tyttärelle ja isältä pojalle, on tehtävä nyky-yhteiskunnassa siirtynyt entistä enemmän terveydenhuollon ammattilaisille. Synnytys on siirtynyt yhä enemmän ihmisten arkitietojen ja -taitojen ulottumattomiin. (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009: 110.)

Kuitenkin ihmiset ovat yhä enemmän valveutuneita omasta hoidostaan ja hoitokäytännöistä ja internetistä etsitään helposti tietoa. Tällöin ihmiset osaavat vaatiakin enemmän hoidossaan, koska he ovat valveutuneita omasta hoidostaan.

4 ISÄ JA SYNTYMÄ

Lapsen syntymä tarkoittaa suurta muutosta kaikkien perheenjäsenten elämässä. Lapsen syntymä on yksi elämän luonnollisimmista ja arvokkaimmista asioista ja se on erittäin rikas kokemus. (THL 2009: 20-21.) Naiset kantavat synnytyskokemusta muistoissaan koko elämänsä läpi, sillä synnytys on yksi naisen elämän tärkeimmistä tapahtumista. Tästä syystä ei ole yhdentekevää, millaiseksi synnytyskokemus muodostuu. (Haapio ym. 2009: 111.) Naiset kokevat usein miehen läsnäolon hyödyllisenä, lisäksi isällä saattaa olla äidistä sellaista tietoa, jota kättilöllä ei ole. Skenaario tehokkaasta ja positiivisesta synnytyksestä onkin sellainen, jossa kättilö, nainen ja puoliso toimivat yhdessä tukien toinen toisiaan. (Longworth, Kingdom 2011: 592.)

Isällä on itse oikeus valita, haluaako hän osallistua synnytykseen, eikä synnytykseen ole pakko osallistua. Synnytyssalissa on mahdollista olla vain osan aikaa ja isä saa päättää, onko hän läsnä varsinaisen synnytyksen hetkellä vai ei. Synnytystilanne on usein kuitenkin niin mukaansa tempaava ja luonnollinen, että useimmat isät eivät malta lähteä kesken pois. (Haapio ym. 2009:131.) Synnytykseen osallistumisella on usein positiivinen vaikutus tulevaan isään. Synnytykseen kuitenkin kuvaillaan liittyvän myös epä mukavuuden tunnetta ja tilanne on usein vaativampi kuin mitä on osattu odottaa (Johansson ym. 2011:11).

Mesiäislehto-Soukan (2005:120) tutkimuksen mukaan uudelleensynnyttäjät isät kokivat, että useammassa synnytyksessä mukana olo toi heille varmuutta synnytyksen edistymisen seuraamisessa sekä samalla kehitti heidän kokonaisvaltaista osaamistaan.

Kun isä on nähnyt lapsensa tulon maailmaan, alkaa suhde lapseen kehittyä heti vastasyntyneen maatessa äidin rinnalla, lapsen hakiessa kontaktia äitiin ja isään. Lapsen ensimmäinen silmien aukaisu ja katseen kohdistaminen lähellä oleviin kasvoihin sitoo vanhemmat lujasti lapseen. Lapsi saattaa tuntua myös eri tavalla omalta ja läheisemmältä, kun isä on ollut mukana lapsensa syntymässä. (THL 2009: 35.) On osoitettu, että rodusta, etnisestä taustasta tai sosioekonomisesta asemasta riippumatta lapsen syntymä on hetki, jolloin mies on vastaanottavaisin lapsensa suhteen (Longworth ym. 2011: 588).

Naisen raskaus ja synnytys voi olla isälle myös traumaattinen kokemus. Muutokset naisen kehossa sekä pitkä synnytys voivat olla traumatisoivia. Traumatisoivaa voi myös esimerkiksi olla erilaisten apuvälineiden, kuten pihtien käyttö synnytyksessä. (Longworth ym. 2011: 592.) Aikaisemmat näytöt osoittavat, että monien miesten mielestä lapsen syntymä ei vastaa heidän odotuksiaan. Pääsyyinä tähän pidettiin miehen rajattuja roolimalleja, asiatonta tiedonvälitystä, tiedonpuutetta ja herkkyyttä miehen tarpeita kohtaan sekä huonoa hyväksymistä miehen roolia kohtaan. Isälle traumatisoivaa voi myös olla puolison kipu. Ei ole harvinaista, että miehet tuntevat kokevansa voimattomuutta, kun he kokevat itsensä kykenemättömiksi auttamaan puolisoaan tai lievittämään tämän kipua. (Fenwick, Bayes & Johansson 2011: 3,8.)

Jotta isät voivat olla puolisoilleen tukena synnytyksen aikana, myös he tarvitsevat tukea. Isä tarvitsevat jatkuvaa informaatiota siitä, mitä tapahtuu ja miksi sekä miten hän voi helpottaa puolisonsa oloa synnytyksen aikana. Mitä onnistuneempi kokemus synnytys isälle on, sitä aktiivisempaa hänen osallistumisensa lapsenhoitoon syntymän jälkeen on. (Bäckström ym. 2011: 67-68.) Onnistunut synnytys on siis merkittävä niin äidin kuin isän kokemuksen kannalta ja isän saamalla tuella on vaikutus sekä isän että äidin synnytyskokemukseen.

5 ISÄN TEHTÄVIÄ SYNNYTYKSESSÄ

Jotta sekä äiti että isä voivat toimia tarkoituksenmukaisesti synnytyksen aikana, tarvitsevat he tietoa synnytyksen kulusta, synnytykseen liittyvistä toimenpiteistä sekä kehon hallinnasta (THL 2009: 34). Näistä asioista isä voi saada tietoa esimerkiksi perhevalmennuksesta sekä kirjallisuudesta. Vaikka isän mahdollisuudet tehdä jotain suurta puolisonsa puolesta ovat vähäiset, on hänen äidille synnytyksen aikana antamansa tuki todella merkittävä. (Haapio ym. 2009: 131.)

Sairaalaan saavuttaessa synnyttäjää voidaan ottaa erilliseen tilaan tutkittavaksi tai hän voi heti kirjautua sisään synnytysosastolle. Jo heti sairaalaan tullessa isä voi kysyä, mikä hänen roolinsa tässä vaiheessa on. Käytännöistä riippuen isä voi olla äidin mukana tutkimuksessa tai hän voi odottaa käytävässä synnytyssaliin pääsyä. Isälle voidaan tarjota suojavaatteita, mutta usein isä saa pitää yllään omat vaatteensa, jos niin haluaa. (Hirvonen 2002: 137.)

5.1 Henkinen tuki

Isän tehtävänä synnytyksen aikana on olla äidin tukena ja henkisenä kannustajana. Tavallisesti synnytys kestää useita tunteja, joten tuki on todella tarpeen. Läheisen ihmisen läsnäolo luo äidille tunnetta turvallisuudesta ja ylläpitää parempaa mielialaa. (THL 2009: 35.) Synnytyssalissa isälle ei anneta tiettyä roolia, vaan isä saa olla sellainen kuin on. Kun kätilö on muissa tehtävissä, voi isä olla läsnä, eikä synnyttäjän tarvitse olla yksin. (Haapio ym. 2009: 131.)

Isän tulee synnytyksen aikana lukea äitiä. Synnyttäjää saattaa vajota omaan synnytyskuplaansa, jolloin pelkkä isän läsnäolo riittää. Isän ei kuitenkaan pidä ajatella olevansa ei-tärkeä tai ulkopuolinen, sillä äiti vaistoa isän läsnäolon kokoajan. Äidille riittää tietoa, että isä on jakamassa tätä kokemusta ja lähellä, jos hän tarvitsee isää. Isän huomion keskipisteenä ei saa olla laitteet tai henkilökunta vaan äidin hyvinvointi ja hänen tukeaan oleminen. Isä on läsnä äidin vuoksi ja samalla isä saa kokea itse jotain erittäin ainutlaatuista. (Haataja 2011: 59-60.)

Luottamusta herättävä, voimakas puoliso on äidille mitä parhaita rohkaisua ja kivunlievitystä. Jos henkilökunnan kanssa tulee erimielisyyksiä synnytyksen aikana, ei ole hyväksi riidellä asiasta synnyttäjän aikana, sillä se luo välittömästi luottamuspuolan synnyttäjälle, joka tarvitsee kaiken tarjolla olevan luottamuksen. (Hirvonen 2002: 139-140.) On myös tilanteita, joissa äidin pyyntöjä ei kuunnella tai niitä ei kunnioiteta ilman hyvää syytä. Tällöin isän tehtävänä on tuoda äidin toiveet esiin jämakästi. Sama koskee kommunikaatiossa toiseen suuntaan, henkilökunnan kommunikoidessa esimerkiksi kuplaan sulkeutuneelle äidille. (Haataja 2011: 58.) Turvallinen ja rento olo auttaa synnyttäjää erittämään kivunsietohormoneja ja isän tulee uskoa puolison kykyyn selviytyä. Jos isä menettää uskonsa, ei synnyttäjäkään jaksaa. Kun isä uskoo, että synnytys voimanponnistuksineen ja kipuineen on luonnollinen tapahtuma, voi hän olla uskottava ja turvallinen tuki synnyttäjälle. (Hirvonen 2002: 142-143.)

5.2 Konkreettinen apu

Kaikki konkreettinen apu on hyväksi. Isä voi toimia synnyttäjän palvelijana, jos hän on vastaanottavainen. (Hirvonen 2002: 146.) Jos äiti sen sijaan on neuvoton tai tuntuu uupuvan, on hyvä muuttaa tilannetta. Isän tehtävänä on patistaa uupunut äiti nojatuolista suihkuun tai altaasta kävelylle, tuoda tilanteeseen vaihtelua. (Hirvonen 2002: 146.) Jos synnyttäjä on vajonnut syvälle synnytyskuplaansa, on isän tehtävä saada synnyttäjä takaisin tietoisuuteen (Haataja 2011: 58). Synnytyskuplaan vajoaminen on tyypillinen osa synnytysregressiota, eli taantumista synnytyksen aikana. Synnytysregressiossa synnyttäjä antaa itsekontrollin väistyä ja voi samalla löytää piilossa olleet voimavaransa. Synnytyskupla voi olla myönteinen, silloin kun se on joustava ja äiti kykenee ottamaan tukijoukkojen apua vastaan. Toisinaan synnytyskupla on niin vahva, että äiti sulkeutuu muulta maailmalta niin, ettei edes huomaa muita huoneessa olevia. (Hirvonen 2011: 154-156.) Vaikka synnyttäjä olisi vastahakoinen, voi isä komentaa synnyttäjän liikkeelle tai esimerkiksi pallon päälle. Näin on mahdollista saada käyttöön äidin piileviä voimavaroja. Jos äiti kokee paniikkia tai hätäntymistä, kannattaa hänen huomionsa kiinnittää muualle. Isä voi ehdottaa asennon vaihtamista tai liikkumista tai vain ilmaista läsnäolonsa ja tukensa koskettamalla äitiä. (Haataja 2011: 58-60.)

Helpottaakseen äidin oloa, isä voi hieroa äidin kipeää selkää, pyyhkiä hikeä, antaa juotavaa sekä auttaa rentoutumaan (THL 2009: 35). Synnyttäjä voi myös pitää isää kaulasta ja isän edestakainen liike pitää synnyttäjän pystyasennossa ja lantion liikkeellä. Kun supistuksen aikana äiti jähmettyy paikoilleen, voi isä jatkaa liikettä ja näin helpottaa supistuksen voiman tunnetta. Näin myös lantion avautuminen helpottuu ja vauva voi liikkua alaspäin. Läheisyys ja koskettaminen on luonnon tapa järjestää synnytyksen luonnollinen eteneminen, sillä koskettaminen vapauttaa oksitosiinia, joka on olennainen hormoni synnytyksen etenemisen kannalta. Siksi ei ole turhaa silittää äidin hartioita, koskettaa äitiä tai painaa akupisteitä supistusten aikana. Koskettaminen luo uskoa osaamiseen, mikä rohkaisee synnyttäjää. (Haataja 2011: 58.)

Isä voi myös huumorin avulla keventää tunnelmaa ja auttaa äitiä rentoon ja positiiviseen olotilaan. Huumorin kanssa on oltava erityisen varovainen. Huumorinkäytössä tulee huomioida vitsien ajoitus ja kesto, tyyli ja kohde – vain hyväntahtoisia ja hellää huumoria ja lyhyitä juttuja vain silloin tällöin. Lisäksi tulee muistaa, että huumorilla yritetään hauskuuttaa vain synnyttäjää, ei henkilökuntaa tai itseä. (Hirvonen 2002: 154-55.)

Synnytyksen aikana isä voi painaa mieleensä synnytyksen tapahtumia. Hän voi katsoa kellosta mitä missäkin vaiheessa tapahtuu, sillä tästä voi olla myöhemmin iloa, kun tapahtunutta halutaan kertailla. Isä voi myös huolehtia synnytyksen ikuistamisesta valokuvaamalla, valokuvauksesta on kuitenkin sovittava yhdessä äidin kanssa. (Hirvonen 2002: 147.)

6 KÄTILÖN ROOLI ISÄN TUKEMISESSA

Kun isä on mukana synnytyksessä, hänelle ei saa muodostua sellaista tunnetta, että hän olisi tiellä tai muuten ylimääräinen henkilö synnytyksessä. Tämän vuoksi olisi erittäin tärkeää, että kätilö omalla käytöksellään välittäisi isälle osan huomiostaan. Isä voi tuntea tukensa riittämättömäksi nähdessään naisen kivun ja pelätä tunteiden hallinnan menettämistä. Kätilön on tällöin kerrottava isälle mitä hän voi tehdä auttaakseen ja tukeakseen naista. (Roininen & Asikainen 2008.)

Kätilön rooli synnytyksen aikana on läheisesti yhdistetty isien arviointiin siitä, kuinka synnytyksiä hoidetaan. Isät kertovat, että oli tärkeää saada kätilöltä informaatiota synnytyksen etenemisestä. Informaation saamisella estetään tunteiden syrjäytyminen. Isät haluavat myös spontaania tietoa kätilöltä mitä voi tapahtua synnytyksen aikana ja miksi. (Hildingsson ym. 2011: 132.) Isän turvallisuuden tunnetta naisen tukijana lisää se, kun hänelle kerrotaan synnytyksen kulusta, kivunlievityksestä ja äidille tehtävistä toimenpiteistä (Roininen ym. 2008). Osa isistä halusi kätilön näyttävän enemmän sitoutuneisuuttaan ja tuen antamista äidille synnytyksen aikana. Kätilön läsnäolo synnytyssalissa on osoitettu olevan tärkeä tekijä, joka luo isälle turvallisuuden tunnetta. Eräässä tutkimuksessa pohdittiin, että vanhempia ei saisi jättää kovin pitkäksi aikaa yksin, koska moni äiti koki tarvitsevänsä säännöllistä apua kätilöltä. Toisena tärkeänä asiana pidettiin sitä, että isälle annetaan mahdollisuus esittää kysymyksiä suoraan kätilölle ja saada kätilöltä sympaattinen ja rehellinen vastaus sekä samalla nähdä perheen yksilölliset tekijät synnytyksen prosessissa. (Hildingsson ym. 2011: 132-133.)

6.1 Kätilön antama tuki ja läsnäolo

Kätilön antama tuki on tärkeä osa isän kokemalle positiiviselle synnytyskokemukselle. Isien saama tuki kätilöltä oli ainoa tekijä, joka selitti positiivisen synnytyskokemuksen. Kätilön tukea arvostetaan ja yleensä isät luottavat kätilöön ja tämän kykyihin ja ammattitaitoon auttaa äitiä koko synnytysprosessin ajan. Lisäksi itse isät tarvitsevat kätilöltä tukea siihen, että he voivat itse tukea synnyttävää kumppaniaan. Kätilöt myös auttavat isiä selviämään ylivoimaisista tunteista, joita synnytys voi luoda. Toinen tärkeä tekijä positiivisen synnytyskokemuksen luomiseen, on kätilön läsnäolo synnytyssalissa.

Kätilön läsnäolo merkitsee sitä, että isä voi seurata kätilön toimintaa ja lähestymistapaa ja ottaa näin itselleen roolimallin miten tukea naista. Kun kätilö on läsnä, isällä on mahdollisuus kysyä kysymyksiä. (Hildingsson ym. 2011: 132-133.) Kätilöiden kyky pysyä rauhallisina ja vastata toistuviin kysymyksiin rauhoittaa miestä (Premberg ym. 2011: 851).

Kätilö kannustaa isää osallistumaan raskaudenaikaiseen hoitoon sekä synnytykseen että synnytyksen jälkeiseen hoitoon (Hildingsson ym. 2011: 133).

Miehen antama tuki naiselle uskotaan riippuvan kätilöiden kannustuksesta ja tukemisesta miestä kohtaan. Kätilöiden katsotaan olevan ainutlaatuinen yhdistelmä ammattitaitoa ja inhimillisyyttä, jolla on läheinen suhde pariskuntaan. Nämä antavat varmuuden siitä, että synnytys etenee normaalisti ja mahdolliset poikkeamat pystytään käsittelemään. (Premberg ym. 2011: 851.) Isää on tärkeä tukea huolehtimaan itsestään ja kertoa milloin on viisasta pitää lepoa tai ruokatauko. Negatiivisia tunteita isässä voi aiheuttaa nälkä, väsymys ja jännitys. Isälle on tärkeä painottaa, että jos hänelle tulee huono tai ahdistunut olo synnytyksen aikana, hän voi lähetä hetkeksi salista pois ja palata myöhemmin tai vasta sitten kun lapsi on syntynyt. (Roininen ym. 2008.)

Yhdessä tapauksessa kun mies menetti tunteidensa hallittavuuden, hän kertoi, että kätilöt olivat tympeitä eikä hän saanut tukea heiltä.

” Pelkäsin, että en ole tarpeeksi hyvä, juuri silloin kun minua eniten tarvitaan.”

” Hän sai injektioita kahdesti selkäänsä ja toisella kerralla hän huusi paljon. Kätilöt näkivät minun itkevän ja sanoivat, että parasta on mennä ulos hetkeksi. Kun he näkivät minun itkevän toisen kerran, he eivät antaneet ollenkaan tukea vaan ehdottivat minun menevän ulos. He olivat kiireisiä ja halusivat olla rauhassa sen ajan, kun pistävät injektioita.”
(Premberg ym. 2011: 851.)

Ammattilaisen tuki synnytyksen aikana voidaan nähdä kolmessa kategoriassa: emotionaalinen, informatiivinen ja laitteellinen. Emotionaalista tukea kuvastaa yksilön

kokemus terveydenhuollosta, jonka antaman tiedon ansiosta hän tuntee olonsa turvalliseksi. Informatiivista tukea on se, että vanhempi saa asianmukaista tietoa kun sitä pyytää. Laitteellisella tuella tarkoitetaan mm. käytännön palveluita. Jotkut tutkijat toteavat, että on olemassa myös neljäs ulottuvuus: omainen toimii potilaan puolestapuhujana, kun potilas ei itse siihen kykene. Kuitenkaan se ei ole ainoastaan tukevat toiminnot, jotka tekevät tuesta optimaalisen, vaan se on myös kokemus tuen saamisesta. (Bäckström ym. 2011:68.)

On tärkeää tukea kättilöä luomaan hyvä suhde pariin ennen työskentelyä, voidakseen tarjota synnytyksen aikana varmuutta ja läsnäoloa. Jos kättilö huomioi isän tarpeet, hän pystyy antamaan henkilökohtaisempaa tukea isälle. Paremmalla yksilöllisellä tuella saatetaan lisätä isän mukana oloa ja luottavaisuutta synnytyksen aikana. Tällöin isät voivat olla paremmin tukena puolisolleen, mikä voisi johtaa myönteisempään synnytyskokemukseen. Kun pari saa jatkuvaa tukea, on mahdollisuus normaaliin synnytykseen ja positiiviseen synnytyskokemukseen lisääntynyt. Toinen positiivinen vaikutus on se, kun isä tuntee hallitsevansa ylivoimaista avuttomuuden tunnetta, hän pystyy paremmin tukemaan puolisoaan ja hän kokee ensitapaamisen lapsen kanssa positiivisempana. (Bäckström ym. 2011: 71.)

Isien saamaan kohteluun vaikutti kättilön kiire, jolloin isät jäivät kaipaamaan ohjausta ja neuvontaa synnytyksen jälkeen synnytyssalissa. Isät jäivät vaille ohjausta muun muassa vauvan ensimmäisen kylvetyksen yhteydessä. (Mesiäislehto-Soukka 2005: 124.)

6.2 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys

Vauvan ja vanhempien välistä yhteyttä kutsutaan varhaiseksi vuorovaikutukseksi, joka syntyy jokapäiväisissä hoito- ja hoivatilanteissa. Se voi olla vauvan kanssa olemista, vauvan hoitamista sekä erilaisten asioiden tekemistä/ kokemista yhdessä. Raskaus on erilainen kokemus miehelle ja naiselle. Äiti on vuorovaikutuksessa vauvan kanssa jo silloin, kun hän tuntee raskauden kehossaan ja aistii vauvan liikkeitä vatsassaan. Mies valmistautuu uuteen rooliinsa silittelemällä vauvamahaa ja tuntemalla vauvan potkut. (Jyväskylän kaupunki 2014.)

Jo syntyessään vauvalla on perusvalmiudet olla yhteydessä toiseen ihmiseen. Hänellä on käytössä kaikki aistit, mutta niiden kautta saatujen havaintojen työstämiseen vauva tarvitsee vielä apua ja tukea vanhemmiltaan. Myös vauvalla on perustarve; ymmärtää ja tulla ymmärretyksi. Vauva haluaa ja tarvitsee toisen ihmisen lämpöä, läheisyyttä, hoivaa ja turvaa. Pienikin vauva erottaa, keskittyykö vanhemmat olemaan hänen kanssaan. Varhaisen vuorovaikutuksen on todettu vaikuttavan vauvan aivojen kehitykseen, hänen kasvuunsa ja tunteiden sekä käyttäytymisen säätelyyn merkittävästi. (Jyväskylän kaupunki 2014.)

Vauvan tulee kokea, että hän on rakastettu. Se toteutuu sillä tavoin, että hänen tarpeisiinsa vastataan yksilöllisten tarpeiden mukaan ja oikeaan aikaan. Kun vauva itkee, vanhempien perustehtävänä on antaa lämpöä ja turvaa. Pikku hiljaa vauva oppii vähitellen, että hän voi luottaa toisten apuun, jolloin samalla hänen omat taitonsa tyyntyä vahvistuvat. (Martikainen 2007: 4-5.)

7 ISÄN SYNNYTYSKOKEMUS

7.1 Kokemuksen määrittely

Käsite kokemus kuvaa ihmisen kasvamisen ja oppimisen sekä kulttuurin sosiaalistumisen prosesseja. Kokemus koostuu ihmisen senhetkisestä elämyksellisestä tilasta. Tilanteen taustalla on vuorovaikutus ja elämäntilanne, jonka ihminen kokee sisäisesti merkityksellisenä. Ihmisen elämä on kokemuksia ja kokemuksella ymmärretään elämyksiä, aistimuksia, tunnelmia, tunteita ja tuntoja. Erityisesti hetkien arvo, mutta myös jopa koko elämän arvo, mitataan juuri kokemuksen arvolla. (Silkelä 2001)

Ihminen kokee elämyksiä, kun tajunnallinen toiminta valitsee kohteensa. Toisinaan kohde on helposti tunnistettavissa, toisinaan ihmisen on vaikea tai jopa mahdoton käsittää, mistä hänen kokemuksensa ovat peräisin. Elämys on siitä huolimatta todellinen, vaikka kokemuksen kohde jäisi epäselväksi. Fenomenologinen erityistiede pitää kokemusta suhteena. Kokemus sisältää sekä tajuavan subjektin ja hänen tajunnallisen toimintansa, että kohteen, johon tuo toiminta suuntautuu. Kokemusta voidaan kutsua merkityssuhteeksi. Kokemuksen rakenne on tämä suhde, joka liittää objektin ja subjektin yhdeksi kokonaisuudeksi. (Perttula & Latomaa 2005.)

7.2 Isän synnytyskokemukseen vaikuttavia tekijöitä

Synnytyskokemus mielletään usein vain naisen kokemukseksi, mutta se on kokemus myös synnytykseen osallistuvalla isällä. Muistot synnytyksestä ovat pitkäkestoisia ja ne säilyvät muistissa usein kuolemaan saakka. (Lawrence Beech – Phipps 2004: 60; Chapman 2004: 226.) Synnytyskokemus on ainutlaatuinen, subjektiivinen ja kokonaisvaltainen kokemus synnytyksen kulusta, lapsen syntymästä sekä fyysisestä ja kognitiivisesta prosessista (Larkin, Begley & Devane 2007: 49-50). Synnytyskokemus on täysin erilainen kokemus isän ja äidin kokemana ja seuraavassa keskitymme vain isän synnytyskokemukseen liittyviin tekijöihin.

7.2.1 Hoitohenkilökunta

Hoitohenkilökunnalla on suuri merkitys isän synnytyskokemuksen kannalta. Erityisesti kätilöllä on mahdollisuus vaikuttaa isien kokemuksiin. Hiltunen, Konttinen ja Schroderus (2008) selvittivät tutkimuksessaan isien pitävän tärkeänä, että henkilökunta huomioi isät tulevina isinä, eikä vain äidin tukihenkilöinä. Ulkopuoliseksi kokemisen tunnetta vähentää se, että henkilökunta kohtelee isiä tasavertaisesti samassa asemassa äidin kanssa. Hoitohenkilökunnan olisi tärkeää kannustaa isiä osallistumaan aktiivisesti synnytykseen ja kertoa, mitä isä voi tehdä synnytyksen aikana. (Hiltunen ym. 2008: 21.)

Terveystieteiden ammattilaiset ovat aitiopaikalla isien huomioimisessa. Isien luottamusta sekä kykyä sietää epävarmuutta ja vastoin käymisiä voidaan lisätä henkilökunnan positiivisella ja aidolla osallistumisella ja sillä, että isä nähdään aktiivisena osallistujana matkalla vanhemmuuteen. Tämä vähentää myös pelkoa ja lisää miesten mahdollisuutta nähdä itsensä arvostettuna yhteistyökumppanina puolison toisena osapuolena, eikä vain sivustaseuraajana. (Steen, Downe, Bamford & Edozien 2012:430.)

Hoitohenkilökunnan ja äidin ja isän välisellä kommunikaatiolla on suuri merkitys, millaiseksi isä tuntee läsnäolon ja millaisena hän pitää valvonnan tasoa. Tällä viestinnällä on suuri merkitys, kokeeko isä synnytyksen positiivisena vai negatiivisena. (Longworth ym. 2011:591.) Aktiivinen yhteistyö kätilön kanssa on merkityksellinen osa synnytyskokemusta. Kätilö voi luoda isälle osallistumisen ja turvallisuuden tunnetta ottamalla isän mukaan synnytykseen, antamalla hänelle tehtäviä ja rohkaistamalla häntä. Tällä tavoin mies saa vahvistusta siihen, ettei pelkästään hänen läsnäolonsa ja panostuksensa ole tärkeitä, vaan hänenkin kipunsa huomataan. (Prenberg ym. 2011:850.)

7.2.2 Rooli, kommunikointi ja tuki

Bäckström ym. (2011) tutkimuksen mukaan miehet, joilla oli merkittävä rooli synnytyksen aikana, näyttivät hallitsevan paremmin avuttomuuden tunnetta, tukivat paremmin puolisoa ja kokivat ensikohtaamisen lapsen kanssa positiivisempaan kokemuksena (Bäckström ym. 2011: 67-68). Longworthin ym. (2011) Päätöksiin osallistuminen lisäsi miesten kiitollisuutta, sen sijaan isät tunsivat menettävänsä kontrollin, jos eivät ymmärtäneet mitä oli tapahtumassa. Isillä, jotka olivat toimineet synnytyksessä tarkkailijan roolissa, oli positiivinen kuva syntymästä ja heillä oli tällöin selkeä rooli synnytyksen aikana. (Longworth ym. 2011:592.) Myös kättilön tukitoimien jäljittely voi vaikuttaa mukana olon tunteeseen. Synnytyskokemukseen vaikuttaa myös isien oma valmistautuminen synnytykseen. Synnytyksen aikana mieleen muistuva etukäteen hankittu tieto voi tuntua rauhoittavalta ja tukevalta. (Bäckström ym. 2011.) Perhevalmennusten avulla vanhemmat saavat ensiarvoisen tärkeää tietoa synnytyksestä, jonka vuoksi on erityisen tärkeää, että perhevalmennusta järjestetään aktiivisesti.

Positiiviseen synnytyskokemukseen vaikuttaa vahvasti kättilön antama tuki ja läsnäolo synnytyssalissa sekä informaation anto synnytyksen etenemisestä (Hildingsson ym. 2011: 132). Kun isä on varma omasta roolistaan ja toiminnastaan ja häntä on informoitu hyvin, voi se maksimoida äidin, lapsen ja koko perheen hyödyt synnytyksessä (Steen ym. 2011:430). Isän oikeus esittää kysymyksiä ja mahdollisuus kommunikoida puolison kanssa ovat tärkeitä tekijöitä, jotta isä tuntee olevansa tukena synnytyksen aikana. Kun isät kysyvät jotain, he haluavat ymmärrettävän ja rehellisen vastauksen; jos isä ei saa vastauksia kysymyksiinsä, herättää se epäluottamusta hoitohenkilökuntaa kohtaan. Puolison tai kättilön kanssa keskustelu synnytyksen aikana vaikuttaa isän tunteeseen mukana olost. (Bäckström ym. 2011: 69-70.) Isien aktiivisempi osallistuminen synnytyksen aikaisiin tapahtumiin sekä tuki ja osallistuminen parantavat todennäköisyyttä hyvään synnytyskokemukseen (Johansson ym. 2011:16).

Bäckströmin ym. (2011) tutkimuksessa isät kokivat itsensä toisinaan avuttomiksi, jos tuki oli puutteellista tai merkityksetöntä. Tällaiseksi tuki koettiin silloin, jos kättilö ei kuunnellut synnyttävää parskuntaa tai hän osoitti kiinnostuksen puutetta vuorovaikutustilanteissa. Avuttomuuden tunne vaikeutti isien kykyä hallita itseään, mikä sen sijaan vaaransi isän kykyä tukea puolisoa ja heikensi luottamusta hoitajaan.

Kätilön ollessa huoneessa, isät tunsivat olonsa tuetuksi. Kätilön ei kuitenkaan tarvinnut puhua tai tehdä mitään, tieto läsnäolosta oli riittävä. Lisäksi jos kätilö huomioi isän tarpeita, oli kokemus tuensaannista hyvä. (Bäckström ym. 2011:70-71.)

7.2.3 Puolison kipu

Synnytys on yhteisesti koettu kokemus. Mies kokee itsensä ja naisen tiimiksi, joka jakaa synnytyksen yhdessä. Valmistelut ja päätökset on tehty yhdessä. Naisen tarpeet ja selviytyminen synnytyksestä vaikuttavat siihen, minkälaisen kokemuksen mies saa synnytyksestä. Kun nainen on rauhallinen ja kestää kivun, mies on myös itse rauhallinen. Jos taas nainen kärsii kovista kivuista tai on huolestunut, voi mies kokea synnytyksen ahdistavana. (Premperg ym. 2011:850.)

Miesten kokemuksista tehdystä tutkimuksesta selviää, että naisen kovat kivut tekevät synnytyskokemuksesta miehelle negatiivisemman (Capogna ym. 2007). Johanssonin ym. (2011) tutkimuksessa selviää, että vähemmän positiivinen kokemus yhdistettiin tyytymättömyyteen puolison lääketieteellisestä huolehtimisesta, keisarinleikkaukseen sekä alatiesynnytykseen, jossa käytettiin instrumentteja apuna. (Johansson ym. 2011:14.)

Isän tulisi tiedostaa kivun syy; kivun aiheuttaa voimakas kohtulihas, joka jokaisella supistuksella avaa lapselle tietä maailmaan. Kun isä uskoo, että synnytys kipuineen ja ponnistuksineen on luonnollinen ja kaunis tapahtuma, voi hän olla turvallinen ja uskottava tuki synnyttäjälle. (Hirvonen 2002: 144.)

7.3 PERHEKESKEISYYS SYNNYTYKSESSÄ

Perhekeskeisellä hoidolla tarkoitetaan hyvää hoitamista, jossa potilaana olevan äidin lisäksi huomioidaan myös perheenjäsenet ja koko perhe. Hyvään perhekeskeiseen hoitamiseen kuuluu perheiden kunnioittava kohtelu, perheenjäsenten avoin kohtaaminen, ilmapiirin myönteisyys perheenjäsenen mukanaololle sekä perheenjäsenen osallistumisen tukeminen. (Paavilainen 2011.)

Perhekeskeisyys on tärkeää myös synnytystä hoidettaessa, sillä lapsen syntymä on suuri muutos, joka vaikuttaa koko perheeseen. Synnytyksessä perhekeskeisyys kulminoituu sekä äidin että isän huomioimiseen ja siihen, että heidät kohdataan perheenä. Synnytyksessä äiti kohdataan haavoittuvassa ja intiimissä tilanteessa. Tällöinkin on tärkeää ymmärtää, että nainen on myös yksilö, mutta silti osa laajempaa yhteisöä. (Åstedt-Kurki, Paavilainen & Pukuri 2007:31-33.) Perheen huomioiminen on edullista myös terveydenhuollon kannalta sillä perheenjäsen, synnytyksessä useimmiten isä, toimii muun muassa potilaan tukena ja seurana, saattajana, tiedonantajana, kuuntelijana sekä apuna hoitamisessa (Paavilainen 2011).

Jotta perhekeskeisyys toteutuu, tarvitsee perheenjäsen muun muassa myönteistä asennoitumista ja huomioiduksi tulemistä, tietoa, keskustelua ja kuuntelemista, hoitajien saatavilla oloa sekä neuvontaa ja ohjausta (Paavilainen 2011). Synnytyksessä kätilö mahdollistaa puolison osallistumisen hoitoprosessiin sekä varmistaa, että läheiset saavat tarvitsemansa tuen (Åstedt-Kurki ym. 2007:31-33).

8 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

8.1 Laadullinen tutkimus

Tässä opinnäytetyössä on käytetty laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Kvalitatiivisen tutkimuksen määrittelyssä korostuu ihmisten käsitysten, tulkintojen, kokemusten tai motivaatioiden tutkiminen sekä ihmisten näkemysten kuvaus. Jos tutkimuksen tavoitteena on lisätä ymmärtämistä ja saada syvällinen kuvaus tutkimusilmiöstä, on kvalitatiiviset menetelmät paras vaihtoehto tutkimuksen toteuttamiseen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013: 65-66, 78.) Opinnäytetyössämme halusimme tutkia isien kokemuksia ja kuvata heidän näkemyksiään saamastaan tuesta, joten laadullinen tutkimus vastaa opinnäytetyön tarpeita.

Laadullista lähestymistapaa käytettäessä pyritään löytämään kerätystä aineistosta joitain yleisiä yhtäläisyyksiä sekä luomaan alustavia ehdotuksia käsitteistä ja lopuksi päädytään koherenttiin käsitteen määrittelyyn (Janhonen & Nikkonen 2003: 15). Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voi olla uuden ilmiön kuvaaminen tai käsitteellistäminen, tällöin muodostetaan toimintaa kuvaavan kokonaisuuden. Esimerkiksi terveydenhuollonammattilaiset voivat käyttää kvalitatiivisella tutkimuksella hankittua tietoa ymmärtääkseen kokemuksia, ja tieto tekee mahdolliseksi arvioida asioita uudella tavalla. Kvalitatiivisen yksi keskeinen merkitys onkin sen mahdollisuus lisätä ymmärtämystä tutkimusilmiöstä. (Kankkunen ym. 2013: 74.)

8.2 Tutkimuksen vaiheet

Tutkimusprosessi voidaan hahmottaa käsitteellisen ja empiirisen vaiheen kautta. Käsitteellinen vaihe sisältää tutkimusaiheen valinnan ja rajaamisen, kirjallisuuskatsauksen laatimisen, kontekstiin tutustumisen ja teoreettisen taustan laatimisen. Myös tutkimusasetelman määrittäminen, eli ketä ja miten aiotaan tutkia, sisältyy käsitteelliseen vaiheeseen. Empiirinen vaihe sisältää aineiston keruun, tallennuksen ja analysoinnin sekä tulosten tulkinnan ja niiden raportoinnin. (Kankkunen ym. 2013: 83-84.)

Ennen tutkimuksen varsinaista aloittamista, tutkimme aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, jonka pohjalta valitsimme tutkimusongelmat. Aiempia tutkimuksia aiheesta oli melko niukasti, mikä vahvisti tutkimuksen tarpeellisuutta. Kirjallisuudesta keräsimme tietoa isän roolista osana synnytystä, sekä tietoa kokemuksiin vaikuttavista tekijöistä. Koimme teorian tietoa olevan opinnäytetyömme kannalta riittävästi kun löytämämme tieto alkoi toistaa itseään.

8.2.1 Tiedonhaku ja tutkimusaineiston keruu

Aloitimme tutkimuksen teoriaosuuden tekemisellä, johon haimme tietoa kirjallisuudesta ja eri tietokannoista, niin suomenkielisistä kuin englanninkielisistä. Hakusanoina käytimme ”synnytys”+ ”kokemus”, ”synnytyskokemus” , ”labour” + ”experience”. Haimme myös hakusanoilla ”isä” + ”synnytys” + ”kokemus”. Prosessi oli vaativa ja aikaa vievä, koska aineistoa oli vähän suomenkielisenä. Kun tutkimukset alkoivat toistaa itseään, lopetimme tiedonhaun.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei pyritä yleistettävyyteen. Tutkimukseen valittava otos ei ole satunnainen, vaan harkinnanvarainen ja otokseen pyritään saamaan henkilöitä, jotka mahdollisimman hyvin ja monipuolisesti edustavat tutkittavaa ilmiötä. (Kankkunen ym. 2013: 67.) Tutkimuksemme vastaajat valikoituivat lähipiiriin tuoreista isistä, jolloin tiesimme otoksen vastaavan mahdollisimman hyvin tutkittavaa ilmiötä. Rajasimme vastaajat sellaisiin isiin, joilla synnytyksestä on aikaa korkeintaan kaksi vuotta, jotta tutkimustulokset olisivat mahdollisimman tuoreita.

Laadullinen aineisto kerätään useimmiten haastattelulla, kyselyillä tai havainnoimalla ja se on subjektiivista. Laadullisen tutkimuksen avulla saadaan tietoa osallistujien näkökulmasta ja tutkimuksen tavoitteena on kuvata kokonaisuutta, ei yksityiskohtia. (Janhonen ym. 2003.) Kun halutaan tietää, mitä ihminen ajattelee, siitä on järkevä kysyä häneltä. Lomakehaastattelussa ei voida kysyä ihan mitä tahansa, vaan kysymysten täytyy perustua tutkimuksen tarkoitukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009: 72-74.) Tässä opinnäytetyössä päädyimme käyttämään aineistonkeruu menetelmänä avointa kyselylomaketta, koska koimme isien vastaavan paremmin avoimiin kysymyksiin kuin tuottamaan vapaata tekstiä. Emme käyttäneet aineistonkeruumenetelmänä haastattelua,

sillä aikataulu ja välimatka syistä haastattelujen toteuttaminen olisi ollut mahdotonta. Kyselylomakkeen kysymykset mietittiin tarkoin ja kysymykset tehtiin tutkimusongelmien perusteella.

Vastikään synnytyksessä mukana olleille isille lähetettiin sähköpostitse saatekirje (Liite 1) ja kyselylomake (Liite 2). Kyselylomake keskittyi suurimmalta osin siihen, miten isät kokivat saavansa kättilöltä tukea synnytyksen aikana. Isille annettiin kyselylomakkeessa mahdollisuus vastata myös vapaamuotoisesti kokemuksistaan. Tutkimukseen osallistuivat isät, joiden synnytyskokemuksesta oli korkeintaan 2 vuotta aikaa ja synnytys oli alatiesynnytys.

Tutkimuskysymykset lähetettiin vastaajille sähköisesti lokakuussa 2013. Isät valikoituivat tuttavien lähipiiristä. Vastaajista suurin osa oli meille tuntemattomia henkilöitä. Isät saivat kysymysten lisäksi saatekirjeen, jossa heille kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta. Saatekirjeessä selvensimme tutkimuskysymyksiä, jotta isien antamat vastaukset vastaisivat mahdollisimman hyvin tutkimusongelmaamme. Annoimme vastaajille aikaa vastaamiseen maaliskuuhun 2014.

Laitoimme internetin Vauva- ja Vau-keskustelupalstoille lupahakemuksen, jotta saisimme laittaa kyselyn myös heidän keskustelupalstoille. He antoivat luvan tammikuussa 2014, mutta keskustelupalstojen kautta emme saaneet yhtään vastausta.

8.2.2 Tutkimusaineiston kuvaus

Vastauksia saimme yhteensä 22 kappaletta. Näistä 4 kpl oli rajaukseemme nähden liian vanhoja (synnytyksestä yli 2 vuotta aikaa) ja yhdessä vastauksessa synnytystapa oli ollut keisarinleikkaus. Näin ollen valideja vastauksia tuli 17 kappaletta. Vastaukset saatiin sähköisessä muodossa, lukuun ottamatta kahta vastaajaa, joiden vastaukset oli käsin kirjoitetussa muodossa.

Vastaajista 7 isää oli ollut aiemmin mukana synnytyksessä ja 10:lle synnytyskokemus oli ensimmäinen. 10 vastaajaa tuli isäksi ensimmäistä kertaa ja 7:llä oli ennestään yksi tai useampi lapsi. Synnytyksen olivat tapahtuneet vuosina 2012-2013.

Aineisto on luonteeltaan vaihtelevaa. Osa vastauksista oli kattavia ja monipuolisia, osa yhden lauseen vastauksia. Toisissa aineistoissa vastattiin hyvin kysyttävään asiaan,

toisissa vastauksissa oli eksytty hieman ohi aiheen, jolloin kysymykset ja vastaukset eivät täysin kohdanneet. Aineisto oli kuitenkin kokonaisuudessaan kattava ja opinnäytetyömme kannalta riittävä.

8.3 Tutkimusaineiston analysointi

Sisällönanalyysi

Käytimme opinnäytetyömme analysointiin sisällönanalyysia. Sisällönanalyysiprosessia voidaan pitää laadullisen tutkimuksen perusprosessina. Sisällönanalyysi on menetelmä, jolla voidaan analysoida suullista ja kirjoitettua kommunikaatioita ja jonka avulla voidaan tarkastella asioiden ja tapahtumien merkityksiä, seurauksia ja yhteyksiä. Sisällönanalyysia voidaan käyttää hyvin eri tavoin, riippuen siitä, mitä kommunikaation elementtejä korostetaan. (Janhonen ym. 2003: 21-22.) Opinnäytetyössämme tarkastelimme isien saaman tuen merkitystä synnytyskokemukseen.

Sisällönanalyysilla tarkoitetaan kerätyn tietoaineiston tiivistämistä niin, että tutkittavia ilmiöitä voidaan lyhyesti ja yleistävästi kuvailla, tai että tutkittavien ilmiöiden väliset suhteet saadaan selkeinä esille. Menetelmän avulla voidaan tehdä havaintoja aineistosta ja analysoida niitä systemaattisesti. Analysoitava aineisto voi olla määrällisesti mitattavia muuttujia tai laadullista eli verbaalissa tai kuvallisessa muodossa olevaa aineistoa. (Janhonen ym. 2003: 23.)

Sisällönanalyysissä on olennaista, että tutkimusaineistosta erotetaan samanlaisuudet ja eroavaisuudet. Aineistoa kuvaavien luokkien tulee olla yksiselitteisiä ja toistensa poissulkevia. Sisällönanalyysi-prosessin eteneminen voidaan jakaa seuraaviin vaiheisiin: analyysiyksikön valinta, aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston luokittelu ja tulkinta sekä sisällönanalyysin luotettavuuden arviointi. (Janhonen ym. 2003: 23-24.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi jaetaan kolmeen eri vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa aineisto redusoidaan eli pelkistetään. Aineistoa ”suodatetaan” niin, että siitä kerätään tutkimuksen kannalta olennaiset asiat ja karsitaan epäolennaiset asiat pois. Sen jälkeen ilmausten sisällöt kuvataan pelkistetyillä termeillä. Tämän jälkeen aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään; pelkistetystä aineistosta etsitään samankaltaisuudet ja

eroavaisuudet. Viimeisessä vaiheessa samankaltaisuuksille ryhmittelyn jälkeen annetaan jokin yhdistävä teoreettinen käsite, jota kutsutaan aineiston abstrahoinniksi. (Tuomi ym. 2009, 112-115.)

Alkuperäiset ilmaukset muutettiin pelkistetyiksi ilmauksiksi alla olevan esimerkin mukaisesti. Pelkistetyt ilmaukset yhdisteltiin alaluokiksi ja alaluokat edelleen pääluokiksi.

Taulukko 1. Esimerkki aineiston pelkistämisestä

<u>Alkuperäinen ilmaus</u>	<u>Pelkistetty ilmaus</u>
"Aika vähän keskusteltiin kätilön kanssa, kätilö selosti äidille synnytyksen kulkua"	Vähäinen keskustelu kätilön kanssa
"Positiivista on tietysti olla mukana kun oma lapsi saapuu maailmaan"	Oman lapsen syntyminen
"No kyllä siellä aika apupoikana saa olla ja hyvä niin."	Apupoikana oleminen
"Kätilö kertoi, miten yleensä ensisynnyttäjien synnytys etenee."	Synnytyksen etenemisestä kertominen
"Kävimme ensimmäisestä lapsesta synnytysvalmennuksessa Vammalan aluesairaalassa. Siellä kerrottiin synnytyksen kulusta."	Tiedonsaanti synnytysvalmennuksessa

Taulukko 2. Esimerkki aineiston luokittelusta

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Tiedon saaminen	Tiedonsaanti	Tiedon saaminen	Isän saama tuki synnytyksen aikana
Ajan tasalla pitäminen			
Tutkimuksista kertominen			
Synnytysvalmennus	Synnytysvalmennus		
Ohjeet kivunlievitykseen	Kivunlievityksessä ohjaaminen	Ohjeiden antaminen	
Kivunlievityksestä kertominen			
Konkreettiset ohjeet isälle	Konkreettiset ohjeet		
Konkreettiset ohjeet äidin avuksi			
Synnytyksen aikainen opastus	Isän ohjaus		
Kerrotaan, mitä isän pitää tehdä			
Riittävä huomioiminen			

Päätösten kunnioittaminen	Huomioon ottaminen	Isän huomioiminen	
Kättilön rohkaisevat sanat	Vuorovaikutus kättilön kanssa		
Keskustelu kättilön kanssa			

9 TUTKIMUSETIIKKA JA TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskysymyksen liittyvät tutkijaan, aineiston laatuun, aineiston analyysiin ja tulosten esittämiseen. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa tarkastellaan tutkimuksen totuusarvoa, sovellettavuutta, pysyvyyttä ja neutraaliutta. (Janhonen ym. 2003: 36.)

Laadullisen tutkimuksen tärkeitä eettisiä periaatteita ovat tiedonantajan vapaaehtoisuus ja henkilöllisyyden suojaaminen sekä luottamuksellisuus (Janhonen ym. 2003: 39).

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat tutkija, tutkijan taidot, aineiston laatu, aineiston analyysi sekä tutkimustulosten esittäminen. Lisäksi luotettavuuteen vaikuttaa aineiston pelkistäminen, joka on tehtävä niin, että se kuvaa mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. (Janhonen ym. 2003: 36.) Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerit voidaan jakaa neljään osaan, jotka ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksisyys sekä siirrettävyys (Kylmä & Juvakka 2007: 127).

Haastatteluaineiston luotettavuus riippuu aineiston laadusta, joten aineistonkeruun laaduntarkkailuun tulee kiinnittää huomiota. Laadukkuutta voidaan jo etukäteen tavoitella tekemällä mahdollisimman hyvä haastattelurunko. (Hirsjärvi & Hurme 2004: 20.)

Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa tärkeimpinä eettisinä periaatteina mainitaan yleensä informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset ja yksityisyys (Hirsjärvi ym. 2004: 20). Jos tutkija tunnistaa eettisten kysymysten problematiikan, hän todennäköisesti tekee myös eettisesti asiallista tutkimusta. Tutkimusetiikkaan voidaan ajatella liittyvän myös seuraavanlaisia asioita: tutkimuslupaan liittyvät kysymykset, tutkimusaineiston keräämiseen liittyvät ongelmat, tutkimuskohteen hyväksikäyttö, tutkijan omaan osallistumiseen liittyvät ongelmat sekä tutkimuksesta tiedottaminen. (Eskola & Suoranta 2000: 52.)

10 TULOKSET

10.1 Isän synnytyskokemus

Synnytys isän kokemana on huomattavasti erilainen kuin äidin synnytyskokemus. Isien synnytyskokemusta kartoitettiin keräämällä synnytykseen liittyviä positiivia ja negatiivisia asioita.

10.1.1 Positiivinen synnytyskokemus

Useimmat isät mainitsivat oman lapsen syntymän olevan synnytyksen positiivisin asia. Oman lapsen syntymässä mukana oleminen, sekä oman lapsen syntymän todistaminen tekivät synnytyskokemuksesta positiivisen. Erityisesti se, että sai ensimmäisenä nähdä oman lapsensa ja kertoa sukupuolen äidille, olivat synnytyksen positiivia puolia.

”... ja tietysti se, että näkee näyttääkö yhtään itseltä.”

”Oli hienoa olla mukana hetki hetkeltä yhdessä maailman ihmeistä.”

Myös tunneside vauvaan koettiin vahvempaan, kun oli mukana syntymässä. Itse kokemus, siinä mukana oleminen ja siitä selviäminen koettiin positiivisena; kokemus oli ennakkokäsitystä parempi ja kivusta ja tuskasta selviytyi. Myös tieto raskauden päättymisestä ja odotuksen loppuminen koettiin positiivisena.

”Positiivista on tietysti olla mukana, kun oma lapsi saapuu maailmaan.”

”Positiivisia puolia oli itse kokemuksessa mukana oleminen ja olla todistamassa lapsemme syntymää. - - - Positiivista oli myös tieto, että raskausaika ja siihen liittyvä odotus päättyy.”

Synnytyksen kulkuun osallistuminen vaikutti synnytyskokemukseen positiivisesti. Isät kokivat erityisesti äidin tukena olemisen ja kannustamisen olevan osa positiivista

synnytyskokemusta. Myös vauvanhoitoon osallistuminen ja siinä neuvojen saaminen koettiin positiivisena.

”Positiivista oli, että sain olla vaimoni tukena tässä kokemuksessa.”

Hyvä henkilökunta oli myös oleellinen osa positiivista synnytyskokemusta. Kokemus siitä, että oli osaavissa käsissä ja tiedonsaanti synnytyksen kulusta ja eri vaiheista tekivät synnytyskokemuksesta positiivisen. Kätilöiden positiivisuus ja kannustaminen sekä ammattitaitoinen henkilökunta vaikuttivat kokemukseen positiivisesti.

10.1.2 Negatiivinen synnytyskokemus

Usea isä koki, ettei synnytykseen liittynyt mitään negatiivista. Kuitenkin yli puolet isistä mainitsi synnytykseen liittyneen jotain negatiivista. Tällaisia seikkoja olivat äidin kipu, imukuppisynnytys, informoinnin vähäisyys sekä isän negatiiviset tunteet.

Puolison kipu ja tuskat sekä kyvyttömyys puolison olon helpottamiseen vaikuttivat negatiivisesti synnytyskokemukseen.

”Toisen tuskat olivat kovat, mutta itse ei voinut juuri mitään tehdä auttaakseen.”

”Ainut ikävä kokemus oli se, että synnytys oli äidille tuskainen sen vuoksi, koska vauva tuli otsa edellä.”

Tilanteen nopea kärjistyminen, pitkä synnytys, sekä vauvasta johtuvat syyt varhaisen vuorovaikutuksen estymiselle mainittiin negatiivisina asioina. Myös imukuppisynnytys ja siihen liittyvä vähäinen informointi ja hoitohenkilökunnan keskinäinen keskustelu koettiin negatiivisena.

”Imukupin kanssa synnytyssaliin tuli samalla ovenavauksella iso liuta ihmisiä, joka nostatti ensi kertaa vähän ihmetystä. Vaikka kätilö sanoi lyhyesti mistä on kyse, niin jotenkin jäi itselle fiilis, että kaikkea ei kerrottu”

Synnytyskokemuksen negatiivisena puolena olivat isän omat negatiiviset tunteet. Tällaisia olivat muun muassa fyysinen pahoinvointi, väsymys sekä kyvyttömyyden tunne. Synnytys koettiin myös ei-kauniina tapahtumana, joka vaikutti synnytyskokemukseen.

”Syntymä on kaunis, mutta tapahtuma ei. Voin vain kuvitella esim. insinööriä, jolle kaikki on uutta. Verta, huutoa, suolenpätkiä, ehkä siitä pitäisi antaa todenmukaisempi kuva, eikä liikaa ruusuilla peittää.”

”Negatiivinen puoli oli fyysinen pahoinvointi erityisesti ponnistusvaiheen loppupäässä”

10.2 Isien kokemus saamastaan tuesta

Isien vastauksissa korostuivat erityisesti tiedon saaminen, kätilön antamat ohjeet sekä isän huomioiminen ja kannustaminen. Myös tuen puuttuminen mainittiin useissa vastauksissa.

10.2.1 Tiedon saaminen ja ohjeiden antaminen

Tiedon saaminen koettiin merkittävänä osana isien tukemista. Synnytyksen kulusta kertominen ja se, että kätilö kertoo mitä milloinkin tapahtuu, koettiin tärkeänä tiedonsaannin kannalta. Myös isän pitäminen ajan tasalla sekä erilaisista toimenpiteistä kertominen oli isien mielestä tärkeää tukea. Myös ennen synnytystä saatu synnytysvalmennus koettiin merkittäväksi tueksi.

”... kätilö kertoi kattavasti mitä tulee seuraavaksi tapahtumaan. Tämä on ensiarvoisen tärkeää, että tällaisessa uudessa tilanteessa joku kertoo rauhallisesti mitä seuraavaksi tapahtuu.”

”Synnytyksessä kätilö kertoi kaiken tarpeellisen ja piti hyvin ajan tasalla koko synnytyksen ajan”

Konkreettisten ohjeiden antaminen koettiin tärkeänä tukena. Konkreettiset ohjeet äidin tukemiseksi sekä isän ohjeistaminen siitä, miten synnytyksessä voi olla mukana, lisäsivät saadun tuen tunnetta. Synnytyksen aikaista opastusta ja kätilön apuna olemista pidettiin tärkeänä. Erityisesti kivunlievityksestä kertominen ja sekä kätilön ohjeet isälle, siitä miten isä voi lievittää äidin kipua, koettiin oleelliseksi tuensaamiseksi.

10.2.2 Isän huomioiminen ja kannustaminen

Isät kokivat saaneensa tukea kätilöltä silloin, kun heitä huomioitiin ja kun he saivat olla vuorovaikutuksessa kätilön kanssa. Isän jaksamisesta huolehtiminen, päätösten kunnioittaminen sekä kahdenkeskisen ajan antaminen synnyttäjän kanssa koettiin positiiviseksi huomioonottamiseksi. Kätilön kanssa keskusteleminen synnytyksen aikana, sekä tapahtumien läpikäyminen synnytyksen jälkeen oli koetun tuensaannin kannalta tärkeää. Kätilön rohkaisevat sanat isälle sekä muiden isien reaktioista ja kokemuksista kertominen mainittiin kätilöltä saaduksi tueksi.

”... kävimme synnytyksen sitten jälkikäteen läpi ja ehkä siinä sitten paremmin muisti mitä tapahtui. Itse synnytys hetki on kuitenkin sen verran jännittävä ja samalla pelottava, niin ei siitä hirveän selkeää muistikuvaa kyllä jää.”

”Kätilö huomioi minut kysymällä vointiani erityisesti ponnistusvaiheessa, kehottamalla istumaan sekä kertomalla muiden isien reaktioita kyseisessä tilanteessa.”

Kätilön kannustus oli tärkeä osa kätilön antamaa tukea. Isien mielestä hyvää tukemista oli erityisesti napanuoran katkaisuun sekä vauvanhoitoon kannustaminen. Myös perusteellisten käytännönohjeiden antaminen, erityisesti vauvanhoitoon liittyen koettiin osaksi hyvää synnytyksenaikaista tukea. Useat isät mainitsivat erityisesti synnyttäjän kannustaminen ja synnyttäjään keskittymisen olevan myös isän tuen kannalta oleellista, sillä äitiin keskittyminen ja äidin pitäminen synnytyksessä tärkeämpänä lisäsivät isän turvallisuuden tunnetta.

10.2.3 Tuen puuttuminen

Vähäinen tai kokonaan puuttuva tuki liittyi usein ajanpuutteeseen sekä informoinnin vähäisyyteen. Eräs isä mainitsi tuen puutteen johtuneen synnytyksen nopeasta etenemisestä, jolloin aikaa isän huomioimiselle ei jäänyt. Myös kätilön ajan puute vaikutti tuen puuttumiseen. Kätilön ajanpuute näkyi vähäisenä keskusteluna isän kanssa, vähäisenä isän rohkaisuna sekä yleisesti vähäisenä tuensaantina.

Ohjeiden puuttuminen sekä vähäinen tiedonsaanti käytännön tasolla olivat asioita, jotka vaikuttivat kokemukseen puutteellisesta tuesta.

”Synnytyksen kulusta emme oikeastaan saaneet mitään tarkempaa tietoa kätilöltä. En tiedä olettiko kätilö, että me tiedämme tarkkaan miten homma etenee. Tätä olisi kaivannut, että kätilö olisi vähän enemmän aina kertonut, että miten synnytys kokonaisuudessaan etenee. Oikeastaan vielä hyvin käytännön tasolla.”

”Ainakin jälkimmäisessä synnytyksessä tuntui, että kätilö ei paljoa huomionnut minua. Se saattoi osittain johtua siitä, että sairaalaan päästyämme synnytys kesti enää noin tunnin verran. Melkein ainoat ohjeet minulle olivat, että koska hälyttää toinen kätilö paikalle.”

10.3 Isän kokema rooli synnytyksessä

Isien vastauksissa korostui synnyttäjän tukeminen, niin henkisesti kuin konkreettisesti. Isät toivoivat kätilöltä ohjeita oman roolin löytämiseksi. Osa isistä koki roolinsa vähäpätöiseksi, mutta toisaalta osa isistä koki, että isän kuulukin olla enemmän sivustaseuraaja kuin aktiivinen tukija.

10.3.1 Synnytyksen läpikäyminen yhdessä ja synnyttäjän psyykkinen tukeminen

Suurin osa vastauksista koostui synnyttäjän tukemisesta synnytyksen aikana. Tuki voi olla psyykkistä tukemista, eli isä auttaa henkisesti synnyttäjää synnytyksen eri vaiheissa. Tuki voi olla myös konkreettista tekemistä, jolloin isä saa myös tuntea olevansa tarpeellinen tukihenkilö synnytyksessä.

Isien vastauksissa psyykkisiksi tukemismuodoiksi nousi synnyttäjän rauhoittaminen ja jaksamaan kannustaminen. Synnyttäjä saa uutta voimaa kun isä tsemppaa ja on läsnä ja turvana koko ajan. Synnytyksen alkuvaiheessa isän rooli on lähinnä seurana oleminen, mutta ponnistusvaiheessa isän rooli muuttuu tärkeäksi kannustajaksi.

”Ja kai puolisollakin oli helpompi olla minun kanssa kuin yksin synnyttämässä.”

”Roolini oli olla henkisenä tukena, rauhoittaa ja kannustaa äitiä jaksamaan koetus.”

10.3.2 Konkreettinen tukeminen

Isät kokivat osallistumisensa synnytykseen parempana silloin kun he antoivat synnyttäjälle konkreettista tukea ja olivat läsnä synnytyksen aikana. Tärkeimmiksi tuen muodoiksi muodostuivat vieressä oleminen ja kädestä pitäminen. Avautumisvaiheen alussa fyysisiä tuen muotoja olivat kädestä pitäminen, selän hierominen, nojaustukena oleminen ja sängyn säätäminen.

”Annoin vettä, pidin kosteaa pyyhettä otsalla, pidin kädestä kiinni ja tsemppasin varsinkin silloin kun voimat olivat jo vähissä ponnistusvaiheen lopussa.”

Avautumisvaiheen lopussa tärkeitä tuen muotoja olivat juoman tuominen, ilokaasun piteleminen, kostean pyyhkeen pitäminen otsalla, kädestä kiinni pitäminen sekä vierellä oleminen. Isät saivat varmuutta omaan rooliinsa synnytyksen aikana kun he saivat vastata synnyttäjän tarpeisiin ja tehdä tämän olon mahdollisimman mukavaksi.

”Koin omaksi roolikseni olla äidin tukena ja tehdä omalta osaltani hänen olonsa niin mukavaksi kuin mahdollista. Tähän kuului mm. äidin kannustaminen, selän hieronta, juomaan kannustaminen sekä vierellä olo.”

”Koin roolikseni yrittää vastata kaikkiin äidin tarpeisiin.”

10.3.3 Osallistuminen synnytyksen eri vaiheisiin

Synnytys itsessään on iso kokemus tulevalle isälle, joskus jopa traumaattinen. Synnyttäjän kovat synnytyskivut ja tilanteen hektisyys voivat tehdä isästä avuttoman ja pelokkaan ja se voi vaikuttaa pahimmassa tapauksessa jopa varhaisen vuorovaikutuksen

epäonnistumiseen vauvan kanssa. Pienet työtehtävät synnytyksen aikana, ”apupoikana oleminen”, antavat isälle varmuutta ja itsetuottamusta synnytyksen läpikäymiseen yhdessä synnyttäjän kanssa. Isät toivovat, että kätilö antaa heille jonkun tehtävän, esimerkiksi CTG-laitteen käynnistäminen/sulkeminen, lämpöpussin lämmittäminen tai supistusten säännöllisyyden laskeminen.

Suurin osa isistä haluaa vauvan syntymän jälkeen katkaista napanuoran ja pääsääntöisesti kätilöt sitä ehdottavatkin. Synnytyksen jälkeen isät haluavat synnytyksen jälkeen osallistua vauvan mittauksiin, pesuihin ja vaatteiden pukemiseen. Kätilön on tärkeä tukea isän ja vastasyntyneen varhaista vuorovaikutusta antamalla isän tehdä mahdollisimman paljon. Isän ohjaaminen kenguruhoitoon koetaan myös ensiarvoisen tärkeänä.

10.3.4 Hyödytön rooli

Suurimmassa osassa vastauksissa ilmeni, että isät kokivat positiivisena oman roolinsa synnytyksen aikana. Muutamassa synnytyskokemuksessa isät olivat kokeneet roolinsa avuttomiksi ja hyödyttömiksi, koska he eivät osanneet kohdata puolison kipua ja auttaa tätä. Isät kuvailivat avuttomuuden lisäksi rooliaan turhautuneeksi.

”Kyllä sitä tunsin olevansa aika avuton ja sivusta seuraaja, ne koneet jossa näki supistuskäyrät ja sydämenlyönnit oli hyvät ja mielenkiintoiset.”

”No kyllä siellä aika apupoikana saa olla ja hyvä niin. Tekee mitä toiset käskee niin pärjää hyvin.”

”Rehellisesti sanottuna tunsin itseni erittäin avuttomaksi. Ja roolini vähäpätöiseksi.”

10.4 Hyvän kätilön ominaisuuksia isän positiivisen synnytyskokemuksen kannalta

Isät kokivat hyvän kätilön olevan sellainen, joka ohjeistaa isää synnytyksen eri vaiheissa ja antaa tietoa synnytyksestä. Vastauksissa korostui kuitenkin vahvasti se, että kätilön tulee tukea ja keskittyä synnyttäjään ja varmistaa synnyttäjän hyvä turvallisuus synnytyksen aikana. Hyvän kätilön ominaisuuksista isien kokeman positiivisen synnytyksen kannalta on koottu selkeyttävä kaavio ”Tulokset” kappaleen loppuun.

10.4.1 Isän huomioiminen

Isän huomioiminen korostui myös hyvän kätilön ominaisuuksissa. Hyvä kätilö ottaa isän huomioon ja kannustaa isää. Hyvä kätilö ei sulje isää ulkopuolelle, vaan ottaa isän mukaan synnytykseen. Kätilön tulisi huomioida isän toiveet siitä, mitä tämä haluaa nähdä tai kuulla. Tarvittaessa kätilön tulisi osata rauhoitella isää, jotta synnytyskokemus olisi vielä parempi.

”Ottaa isä huomioon, kun juttelee eri asioista. Juttelee siis tavallaan molemmille, vaikka asia liittyisikin juuri synnyttäjään. Isälle tulee enemmän sellainen fiilis, että hänkin on mukana tilanteessa, vaikkakin ihan vaan tukihenkilönä.”

”Ehkä jos olisin saanut oltua vielä hieman rauhallisempi, niin muistaisin ehkä paremmin koko synnytyksen, joten isän rauhoittelu ja saa kai sille isälle sanoa, ettei ole mitään hätää ja kaikki menee hyvin.”

Kannustamista toivottiin sekä itse synnytyksessä mukana olemiseen että vauvanhoitoon osallistumiseen. Kätilön tulisi rohkaista isää napanuoran katkaisuun, mutta kunnioittaa kuitenkin isän tahtoa tässäkin asiassa.

”...kannustaa isää toimimaan oikein synnytyksessä, sekä rohkaista isää osallistumaan vastasyntyneen napanuoran katkaisemiseen ja pukemiseen.”

10.4.2 Tiedonantaminen ja ohjeistaminen

Kätilön tulisi kertoa isälle yleisesti synnytyksestä. Erityisesti synnytyksen erivaiheista kertominen sekä mahdollisimman tarkasti synnytyksen etenemisestä kertominen mainittiin tärkeinä asioina. Tämän lisäksi isät toivoivat juuri heidän synnytyksensä tapahtumien kulusta kerrottavan yhteisesti molemmille, sekä äidille että isälle. Kätilön tulisi selkeästi kertoa mitä milloinkin tapahtuu ja selittää tapahtumien kulkua rauhallisesti ja selkeästi. Hyvä kätilö pitää isän ajan tasalla ja sanallistaa toimintaansa kertomalla mitä tekee ja miksi tekee ja mitä seuraavaksi on odotettavissa. Synnytyksen eri vaiheista ja kulusta löytyy paljon tietoa niin kirjallisuudesta, internetistä ja neuvolan

perhevalmennuksista, tästä huolimatta isät toivoivat tietoa erityisesti kätilöltä synnytyksen aikana, sillä se luo isälle turvallisuuden ja hallinnan tunnetta.

”Mielestäni kätilön pitäisi olla asiallinen ja vastata esitettyihin kysymyksiin selkeästi ja ymmärrettävästi. Kyseessä on kuitenkin asia, jota miehet eivät ymmärrä, koska eivät itse saa kokea synnytystä samalla tavoin.”

”Selittää tapahtumien kulku, kertoa mitä voi tehdä ja mitä ei saa tehdä.”

Kätilön toivottiin ohjeistavan isää kertomalla, miten isän tulisi toimia, mitä isä voi tehdä tai mitä isä ei saa tehdä. Kätilön tulisi kertoa isälle, miten toimitaan, jos synnytyksessä kaikki ei menekään niin kuin on suunniteltu tai jos äidillä tai vauvalla on jokin hätä. Lisäksi hyvä kätilö antaa isälle hyödyllisiä neuvoja sekä käytännön vinkkejä ja ohjaa isää synnyttäjän apuna olemisessa.

”Kertoo, miten isän tulee käytännössä toimia, miten voi auttaa synnyttäjää, missä kannattaa istuskella jne. Kun tilanne on uusi, niin ihan ne perusasiatkin voi olla hakusessa.”

”Kätilön tulisi ennen kaikkea antaa neuvoja, joista on hyötyä synnytyksessä, koska mitä sujuvammin synnytys menee, sitä parempi kokemus siitä myös isälle jää.”

10.4.3 Synnyttäjän turvallisuudesta huolehtiminen

Synnyttäjän turvallisuudesta huolehtiminen mainittiin myös tärkeimmäksi kätilön tehtäväksi. Hyvä kätilö keskittyy olennaiseen, eli synnyttäjään sekä vauvan ja äidin hyvinvointiin. Kätilön tulisi välttää liukuhihnamaista työtettä ja hoitaa jokainen synnytys yksilöllisesti

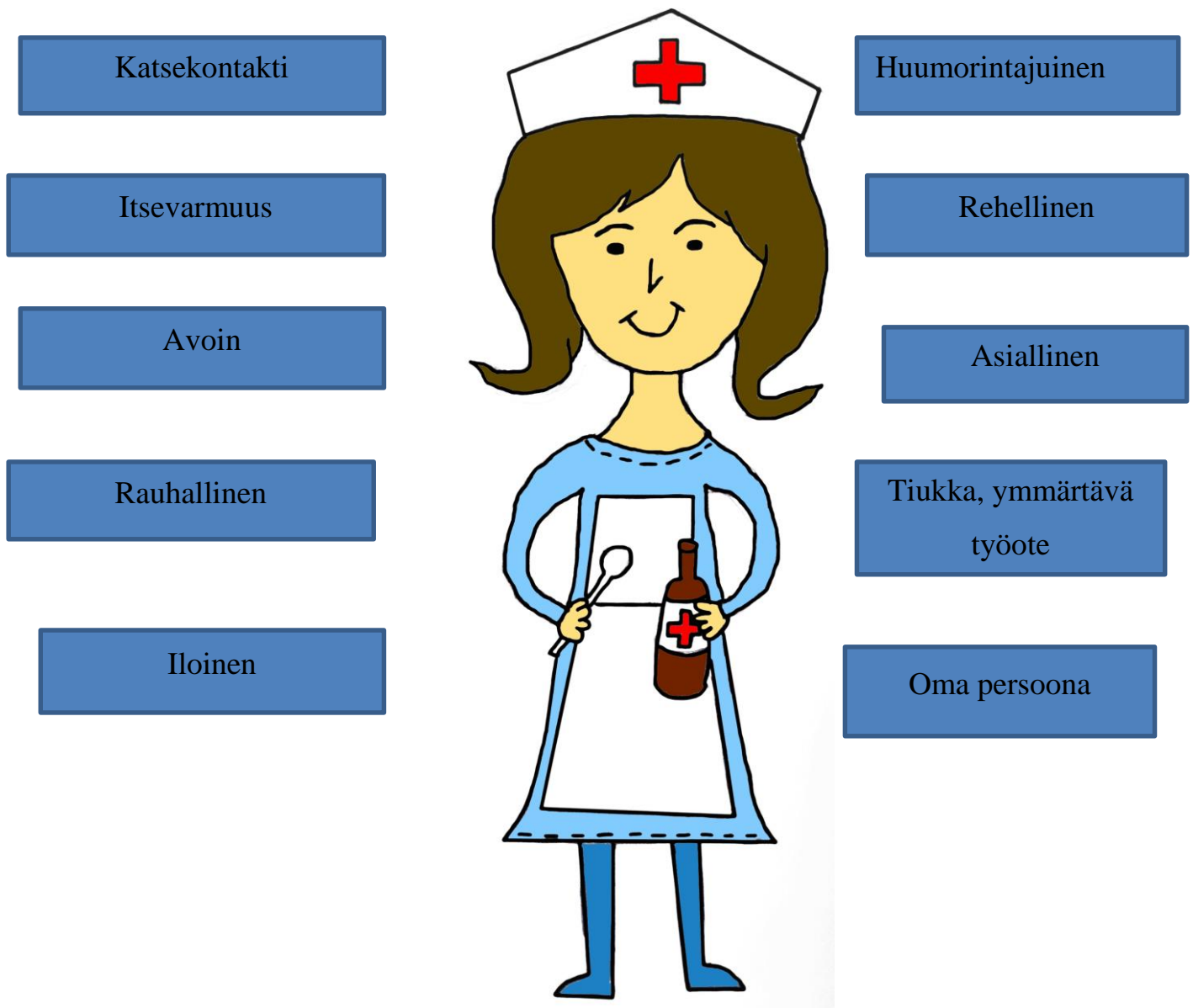
”...kunhan kätilö keskittyy siihen olennaiseen, eli synnytykseen. Tärkeintä se kuitenkin isällekin on, että lapsella ja äidillä on kaikki hyvin.”

”Mikäli kätilö saa vanhemmissa sen tuntee, että tätä työtä ei tehdä kuin liukuhihnalla, vaan jokainen synnytys on erikoislaatuista, niin silloin kätilö on tehnyt kaiken oikein.”

10.4.4 Hyvän kätilön piirteitä

Usea isä mainitsi yksittäisiä piirteitä ja ominaisuuksia, joita hyvällä kätilöllä on. Valtaosa mainituista ominaisuuksista on sellaisia, joihin jokainen kätilö voi kiinnittää huomiota omasta persoonastaan huolimatta. Kätilön rauhallinen käyttäytyminen sekä kultaisen keskitien kulkeminen isän ja äidin huomioimisessa, olivat hyvän kätilön ominaisuuksia. Myös kätilön ymmärtäväisyys esimerkiksi oman musiikin sallimisella koettiin tukevan positiivista synnytyskokemusta.

Yksittäisiä kätilön piirteitä mainittiin useita. Hyvä kätilö on rauhallinen, ystävällinen, avoin sekä itsevarma. Kysymyksiin vastatessa sekä synnytyksen kulusta kertoessaan kätilön tulisi olla rehellinen sekä asiallinen ja selkeä. Hyvällä kätilöllä on tiukka, mutta ymmärtävä työote. Näiden kaikkien tavoiteltavissa olevien piirteiden lisäksi mainittiin kätilön persoonan ja persoonien yhteen sopivuuden vaikuttavan positiiviseen synnytyskokemukseen, esimerkkinä mainittiin kätilön huumorintajun tärkeä merkitys.



Kuva 1. Hyvän kätilön piirteet

11 POHDINTA

Heti aiheeseen perehtyessämme ja aikaisempaa kirjallisuutta tutkiessamme, huomasimme aiheen olevan varsinkin Suomessa hyvin vähän tutkittu. Näin ollen opinnäytetyön kirjoittaminen juuri tästä aiheesta oli tarpeellista. Kirjallisuuden löytäminen oli hieman haastavaa ja osa lähteistä oli selvästi vanhentuneita. Myös isien saaminen mukaan tutkimukseen oli haastavaa, sillä isät eivät ole tottuneet kertomaan omaa kokemustaan synnytyksestä, vaan yleensä keskittämään vain itse synnyttäjään.

Kuten kirjallisuudessakin kävi ilmi, on isän rooli vuosien saatossa muuttunut läsnäolijasta aktiiviseksi osallistujaksi ja tämä luo nykypäivänä kätilöille uusia haasteita. Synnyttäjän lisäksi kätilön tulee pystyä ottamaan myös isä huomioon. Koska isien osallistuminen synnytykseen on vielä melko tuoretta, ei isillä välttämättä ole selkeää roolia synnytyksessä, joten kätilön tulisi kertoa mahdollisista rooleista, ja siitä, miten isä voi synnytyssalissa toimia.

Isän ja lapsen varhaiseen vuorovaikutukseen ei ole kiinnitetty tarpeeksi huomiota, sillä oman lapsen syntymään osallistumisen on todettu vaikuttavan lapsen ja isän suhteeseen, sekä mahdollisesti lapsen myöhempään kehitykseen. Isät kokevat synnytyssalissa tapahtuvan varhaisen vuorovaikutuksen erittäin tärkeäksi ja kätilön tulisikin kannustaa isiä tähän.

Isien saama tuki kätilöltä on erittäin merkityksellinen positiivisen synnytyskokemuksen kannalta. Vaikka isät eivät välttämättä koe tarvitsevänsä erityistä tukea, on kätilön silti tärkeää tarjota sitä ja huomioida isää eri synnytyksen vaiheissa. Kätilön tulisi luoda sellainen ilmapiiri, että isä uskaltaa olla oma itsensä ja näyttää omat tarpeensa, vahvuutensa ja heikkoutensa. Isälle tulee antaa lupa esittää vähäpätöiseltäkin tuntuvia kysymyksiä ja kannustaa olemaan itse aktiivinen osallistuja. Lisäksi kätilön tulisi antaa isälle konkreettisia ja selkeitä ohjeita, vaikkei isä osaisi niitä pyytää.

Kätilön tulee kiinnittää huomiota myös omaan käyttäytymiseen ja työskentelyyn. Jokainen kätilö saa olla omanlainen persoona, eikä kätilöitä tarvitse veistää yhdestä puusta. Eri persoonat tulisi nähdä vahvuutena synnytystä hoidettaessa. Synnytyskokemuksesta voi kuitenkin pyrkiä tekemään mahdollisimman hyvän

korostamalla hyviä ja kätilöiltä toivottuja piirteitä. Tällaisia piirteitä ovat muun muassa avoimuus, rehellisyys, ystävällisyys ja rauhallinen työote.

Tutkimustuloksissa tuli esille paljon samoja asioita, joita olimme käsitelleet teoriaosuudessa. Vaikka tutkimustulokset toistivat pitkälti teoriaa, oli mielestämme hyödyllistä kuulla samat asiat isien itse kokemana. Lisäksi asian tutkiminen ja siitä kirjoittaminen nostavat aiheen esille ja herättävät ajattelemaan isien roolia synnytyksessä. Tässä tutkimuksessa keskityimme normaaliin alatiesynnytykseen ja suurin osa synnytyksistä oli sujunut moitteettomasti. Olisikin mielenkiintoista jatkossa selvittää, miten epäsäännöllinen synnytys vaikuttaa isän synnytyskokemukseen ja tarvitsemaansa tukeen.

Nykyajan isät ovat entistä valveutuneempia ja osallistuvat myös aktiivisesti neuvolan tarjoamiin synnytysvalmennuksiin. Lisääntynyt tieto luo kätilöille sekä mahdollisuuksia, että haasteita. Kätilöiden tulisi tarvittaessa rikkoa vääristyneitä ennakkokäsityksiä, mutta myös osattava hyödyntää isien aktiivisuutta ja tietotaitoa. Äidin tukemisen lisäksi isät voivat omalla toiminnallaan olla avuksi myös kätilöille. Kätilöiden tulisikin nähdä isän osallistuminen synnytykseen vahvuutena eikä taakkana.

LÄHTEET

- Bäckström, C. & Wahn, E. 2011. Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. *Midwifery*. Vol 1., 67-73.
- Capogna, G., Camorcia, M. & Stirparo, S. 2007. Expectant father's experience during labor with or without epidural analgesia. *International Journal of Obstetric Anesthesia*. Vol 16., 110-115.
- Chapman, Vicky (toim.) 2004: The midwife's labour and birth handbook. Blackwell: USA.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere. Vastapaino.
- Fenwick, J., Bayes, S. & Johansson, M. 2011. A qualitative investigation into the pregnancy experiences and childbirth expectations of Australian fathers-to-be. *Sexual & Reproductive Healthcare*. Vol 3., 3-9.
- Haapio, S., Koski, K., Koski, P. & Paavilainen, P. 2009. Perhevalmennus. Helsinki: Edita.
- Haataja, M. 2011. Hyvä syntymä – Kirja odottavalle äidille. Helsinki: Tammi.
- Hildingsson, I., Cederlöf, L. & Widén, S. 2011. Father's birth experience in relation to midwifery care. *Women and Birth*. Vol 24., 129-136.
- Hirsijärvi, S. & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Yliopistopaino.
- Hirvonen, H. 2002. Isä syntymässä – Vauvan odotus, syntymä ja hoito. Helsinki: Tammi.
- Hirvonen, H. 2011. 3., uudistettu painos. Isä syntymässä – Vauvan odotus, syntymä ja hoito. Helsinki. Tammi.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2003. Laadullinen tutkimusmetodologia hoitotieteessä. Teoksessa Janhonen, S. & Nikkonen, M. (toim.) 2003. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva. WSOY.
- Johansson, M., Rubertsson, C., Rådestad, I. & Hildingsson, I. 2011. Childbirth – An emotionally demanding experience for fathers. *Sexual & Reproductive Healthcare*. Vol 3., s. 11-20.
- Jyväskylän kaupunki. 2014. Varhainen vuorovaikutus. Luettu 15.9.2014
<http://www.jyvaskyla.fi/terveys/neurolat/lastenneuvola/vanhemmuusjakasvatus/varhainenvuorovaikutus>

- Kananen, J. 2008. Kvali- Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki. WSOYpro.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki. Edita
- Larkin, P., Begley, C., & Devane, D. 2007. Women's experiences of labour and birth: an evolutionary concept analysis. *Midwifery*. Vol. 23., 49-59.
- Longworth, H. & Kingdom, C. 2011. Fathers in the birth room: What are they expecting and experiencing? A phenomenological study. *Midwifery*. Vol 5., 588-594.
- Martikainen, Kaisa. 2007. Vuorotellen. Opas vuorovaikutukseen ja kielen kehityksen alkuvaiheisiin.
- Mesiäislehto-Soukka, H. 2005. Perheenisäys isien kokemana - Fenomenologinen tutkimus. Lääketieteellinen tiedekunta, Hoitotieteen ja terveyshallinnon laitos. Oulun yliopisto.
- Mykkänen, E. 2012. Isänroolisyntymyksessä. Terve.fi. <http://www.terve.fi/synnytys/isan-rooli-synnytysessa>. Luettu 29.9.2014
- Paavilainen, E. 2011. Miksi perhekeskeistä hoitoa tarvitaan terveydenhuollossa? http://www.netikka.net/lakeuden_omaishoitajat/images/stories/pdf/perhekeskeisyys_paavilainen.pdf. Luettu 19.05.2014.
- Perttula, J. & Latomaa T. 2005. Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta, ymmärtäminen.
- Premberg, Å., Carlsson, G., Hellström, A-L. & Berg, M. 2011. First-time father's experiences of childbirth- A phenomenological study. *Midwifery*. Vol 27., 848-853.
- Roininen, K. & Asikainen, H. 2008. Synnytykseen osallistuminen – isä tai tuki-henkilö sairaalassa. Terve Suomi. <http://demo.seco.tkk.fi/tervesuomi/item/nn:227>. Luettu 10.4.2013.
- Steen, M., Downe, S., Bamford, N. & Edozien, L. 2012. Not-patient and not visitor: A metasynthesis fathers' encounters with pregnancy, birth and maternity care. *Midwifery*. Vol. 28., 422-431.
- Sikkelä, R. 2001. Persoonallisesti merkittävät oppimiskokemukset. <http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/kipinat/RaimoS.htm>. Luettu 15.9.2014.
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2010. Meille tulee vauva – Opas vauvan odotukseen ja hoitoon. Helsinki: Erikoispaino Oy.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Helsinki.

Åstedt-Kurki, P., Paavilainen, E. & Pukuri, T. 2007. Omahoitaja mahdollistaa potilaan ja perheen hyvän hoitamisen – Kannanotto hyvään perhekeskeiseen hoitotyöhön. Sairaanhoitajalehti nro 11., 31-33.

LIITTEET

Liite 1. Esite tutkimuksesta

Hyvä isä,

olemme kaksi kättilöopiskelijaa Tampereen ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä, jossa tutkimme isien synnytyskokemuksia. Tarkoituksenamme on selvittää kuinka isät ovat saaneet tukea kättilöltä synnytyksen aikana. Kysymykset ovat avoimia kysymyksiä, joihin toivomme kattavia vastauksia, mutta lyhytkin vastaus on meille ensiarvoisen tärkeä. Keskitythän vastauksissa vain viimeisimpään synnytykseen.

Kättilöltä saama tuki voi sisältää kaikkea tiedonannosta henkiseen tukemiseen sekä tukea vanhemmuuteen ja parisuhteen muuttumiseen. Kerro millaista tukea juuri sinä sait kättilöltä. Kerro lisäksi vapaamuotoisesti kaikista synnytykseen liittyvistä positiivisista/negatiivisista asioista (myös muut kokemukseen liittyvät tekijät, kuin kättilöltä saama tuki).

Varhainen vuorovaikutus on tärkeää isän ja vauvan kiintymyssuhteen kehittymiselle. Miten kättilö tuki sinun ja vauvan vuorovaikutusta (mm. rohkaisu vauvan perushoittoon, kuten kylvetys ja läheisyyteen kannustaminen)?

Pyydämme ystävällisesti sinua vastaamaan liitteessä oleviin kysymyksiin. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja vastaajien henkilöllisyys ei selviä opinnäytetyössä. Lähetä vastauksesi sähköpostitse, vastaamme mielellämme myös kaikkiin kysymyksiin, joita sinulle herää.

Ystävällisin terveisin

Mari Rajasalo, kättilöopiskelija

Miia Vuorinen, kättilöopiskelija

Liite 2. Kyselylomake

Kuinka monta lasta sinulla on?

Oletko ollut aikaisemmin synnytyksessä mukana?

Vuosi, jolloin olit mukana viimeisimmässä synnytyksessä?

Millaista tukea sait kätilöltä synnytyksen aikana? (Mm. miten sait tietoa synnytyksen kulusta?
Miten kätilö huomioi sinua synnytyksen aikana? Miten kätilö rohkaisi toimimaan vauvan kanssa, saitko
katkaista napanuoran tai kylvettää vastasyntyneen?)

Mitä positiivisia/negatiivisia asioita liittyi synnytyksessä mukana olemiseen?

Millaiseksi koit oman roolisi synnytyksessä? (Mm. äidin tukeminen, tehtävät synnytyksen aikana).

Miten kätilön tulisi toimia, jotta synnytyskokemus olisi mahdollisimman positiivinen isälle?

Liite 3. Luokiteltu aineisto

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Tiedon saaminen Tiedonanto synnytyksen aikana Ajan tasalla pitäminen tutkimuksista kertominen synnytyksen kulusta kertominen kerrotaan mitä tapahtuu tiedonsaanti (jonkin verran) synnytyksen etenemisestä kertominen riittävä tiedonsaanti	TIEDONSAANTI	TIEDON SAAMINEN	ISÄN SAAMA TUKI SYNNYTYKSEN AIKANA
Synnytysvalmennus Synnytysvalmennus Synnytysvalmennus	SYNNYTYSVALMENNUS		
Nopeasta synnytyksestä johtuva tuen puute Kättilön ajanpuute	AJAN PUUTE	TUEN PUUTE	
ohjeiden puute Vähäinen tiedonsaanti käytännön tasolla vähäinen informointi	INFORMOINNIN PUUTE		
Vähäinen rohkaisu vähäinen keskustelu kättilön kanssa vähäinen tuensaanti	VÄHÄINEN TUKI		
kättilön ohjeet kivunlievitykseen kivunlievityksistä kertomien	OHJEET KIVUNLIEVITYKSEEN	OHJEIDEN ANTAMINEN	
konkreettisen ohjeet äidin avuksi konkreettisen ohjeet isälle konkreettiset ohjeet äidin tukemiseksi saada olla apuna kättilölle	KONKREETTISET OHJEET		
isän ohjeistaminen synnytyksessä mukana olemisesta kerrotaan mitä pitää tehdä synnytyksenaikainen opastus	ISÄN OHJAUS		
Kahdenkeskinen aika synnyttäjän kanssa Päätösten kunnioittaminen (napanuoran leikkaus) tasapuolinen huomioon ottaminen riittävä huomioiminen molempien huomioiminen isän huomioiminen isän jaksamisesta huolehtiminen	HUOMIOON OTTAMINEN	ISÄN HUOMIOIMINEN	
keskustelu kättilön kanssa Kättilön rohkaisevat sanat muiden isien reaktiosta/tuntemuksista kertominen synnytyksen läpikäyminen jälkikäteen	VUOROVAIKUTUS KÄTILÖN KANSSA		
mahdollisuus vauvanhoitoon kannustaminen vauvanhoitoon perusteellisempi käytännönohjeiden antaminen (vauvanhoito)	VAUVANHOITOON KANNUSTAMINEN	KANNUSTAMINEN	
äidin kannustaminen synnyttäjään keskittyminen synnyttäjän kannustaminen äidin pitäminen tärkeämpänä	SYNNYTTÄJÄN KANNUSTAMINEN		
oman lapsen syntymässä mukana oleminen oman lapsen syntymä oman lapsen syntymän todistaminen	OMAN LAPSEN SYNTYMÄSSÄ MUKANA OLEMINEN	OMAN LAPSEN SYNTYMÄ	POSITIIVINEN SYNNYTYSKOKEMUS
oman lapsen näkeminen ensimmäisenä oman jälkikasvun näkeminen ensimmäisenä sukupuolen kertominen ensimmäisenä äidille	OMAN LAPSEN NÄKEMINEN ENSIMMÄISENÄ		

tunnesiteen vahvistuminen vauvaan				
ennakkokäsitystä parempi kokemus kivusta ja tuskasta selviytyminen kaikki meni hyvin synnytyksessä	KOKEMUKSESTA SELVIYTYMINEN	KOKO KOKEMUS	POSITIIVINEN SYNNYTYSKOKEMUS	
itse mukana olo mukana oleminen syntymän ihmeessä kokemuksessa mukana oleminen	ITSE SYNNYTYKSEN KOKEMINEN			
positiivinen kokonaiskuva kaikki positiivista	KOKONAISUUDESSAAN POSITIIVINEN KOKEMUS			
vauvanhoitoon osallistuminen vauvanhoidossa neuvominen	VAUVANHOITO	SYNNYTYKSEN KULKUUN OSALLISTUMINEN		
tiedonsaanti synnytyksen kulusta ja eri vaiheista	TIEDONSAANTI			
äidin tukena oleminen äidin tukena oleminen vaimon tukena oleminen äidin kannustaminen	ÄIDIN TUKENA OLEMINEN			
mahtava henkilökunta ja hoito kokemus osaavissa käsissä olemisesta	HYVÄ HENKILÖKUNTA	HYVÄ HENKILÖKUNTA		
kättilöiden positiivisuus kättilöiden kannustaminen	KÄTILÖIDEN KANNUSTAMINEN			
ei negatiivista synnytyksessä ei negatiivisia asioita ei negatiivisia asioita itse synnytykseen liittyen ei mitään kielteistä ei negatiivista ei negatiivista ei negatiivista ei mitään negatiivista	EI NEGATIIVISTA		NEGATIIVINEN SYNNYTYSKOKEMUS	
äidin kipu puolison tuskat	ÄIDIN KIPU	ÄIDIN SYNNYTYSKIPU		
tilanteen nopea kärjistyminen pitkä synnytys vauvasta johtuvat syyt varhaisen vuorovaikutuksen estymiselle	MUUTOS SYNNYTYKSEN KULUSSA	KOMPLIKAATIO SYNNYTYKSEN AIKANA		
imukuppisynnytys imukuppiulosautto vähäinen tuki imukupin aikana	IMUKUPPISYNNYTYS			
vähäinen informaatio imukuppisynnytyksen jälkeen lääkärin vähäinen informointi synnytyksen kulusta hoitohenkilökunnan keskinäinen keskustelu	VÄHÄINEN INFORMOINTI	ISÄN NEGATIIVISET TUNTEET		
ei kaunis tapahtuma fyysinen pahoinvointi kyvyttömyydetunne väsymys	ISÄN TUNTEET			
hyödyllisten neuvojen antaminen käytännön vinkkien antaminen ohjeistaa isää synnyttäjän apuna olemisessa	NEUVOJEN ANTAMINEN	ISÄN OHJEISTAMINEN		
kertoo miten isän tulee toimia kertoo mitä isä voi tehdä kertoo mitä isä ei saa tehdä kertoo kuinka isä toimii kertoo miten toimitaan, jos tulee hätätilanne	KERTOO, MITÄ ISÄ VOI TEHDÄ			

asioista kertominen yhteisesti molemmille kertoo selkeästi mitä milloinkin tapahtuu kertoo mitä tapahtuu selittää tapahtumien kulkua selostaa rauhallisesti ja selkeästi tapahtumien kulku pitää isän ajan tasalla toiminnan sanallistaminen: kertoa mitä tekee, miksi tekee ja mitä seuraavaksi on odotettavissa vastaa esitettyihin kysymyksiin selkeästi ja ymmärrettävästi	KERTOO TAPAHTUMIEN KULUSTA	TIEDONANTAMINEN	HYVÄN KÄTILÖN OMINAISUUKSIA
synnytyksen eri vaiheista kertominen kertomalla miten synnytys yleensä etenee kertoo tarkasti synnytyksen etenemisestä synnytyksestä kertominen isälle	YLEISESTI SYNNYTYKSESTÄ KERTOMINEN		HYVÄN KÄTILÖN OMINAISUUKSIA
synnytykseen keskittyminen vauvan ja äidin hyvinvoinnista huolehtiminen	OLENNAISEEN KESKITTÄMINEN	SYNNYTTÄJÄN TURVALLISUUS	
liukuhihnamaisen työtteen välttäminen hoitaa synnytyksen yksilöllisesti	SYNNYTYSTEN HOITAMINEN YKSILÖLLISESTI		
ei sulje isää ulkopuolelle isän huomioiminen isän rauhoittaminen isän huomioon ottaminen ottaa huomioon isän toiveet (mitä haluaa nähdä/kuulla) isän huomioiminen isän mukaan ottaminen	ISÄN HUOMIOON OTTAMINEN	ISÄN HUOMIOIMINEN	
kannustaminen synnytyksessä mukaan olemiseen vauvanhoitoon rohkaiseminen ja kannustaminen	KANNUSTAMINEN		
rauhallinen käyttäytyminen oman lempimusiikin salliminen kultaisen keskitien ottaminen	KÄTILÖN KÄYTTÄYTYMINEN	HYVÄN KÄTILÖN PIIRTEITÄ	
Katsekontakti rehellisyys rauhallisuus selkeys itsevarmuus avoimuus kätilön persoona huumorintaju tiukka, mutta ymmärtäväinen työote asiallisuus ystävällisyys	KÄTILÖN PIIRTEITÄ		
äidin tukeminen äidin tukeminen äidin tukena oleminen puolison tukeminen äidin tukeminen tukena oleminen äidin tukena oleminen vaimon tarvitsemana tukena oleminen synnyttäjän tukeminen tukena oleminen äidin tukeminen	ÄIDIN TUKENA OLEMINEN	SYNNYTYKSEN LÄPIKÄYMINEN YHDESSÄ	ISÄN KOKEMA ROOLI SYNNYTYKSESSÄ
rooli synnytyksessä tärkeä oma rooli synnytyksessä tärkeä	TÄRKEÄ ROOLI		

tärkeä rooli tärkeä rooli			ISÄN KOKEMA ROOLI SYNNYTYKSESSÄ
henkinen tuki äidin rauhoittaminen äidin jaksamaan kannustaminen puolison olon helpottaminen olemalla mukana synnyttäjän tsemppaaminen turvana oleminen seurana oleminen äidin seurana oleminen kannustaminen synnyttäjän turvana oleminen kannustaminen ponnistusvaiheessa läsnä oleminen	HENKINEN TUKI	PSYKKINEN TUKEMINEN	
vieressä oleminen kädestä pitäminen Sängyn säätäminen Juoman tuominen ilokaasuletkun piteleminen Veden antaminen kosteaa pyyhkeen pitäminen otsalla kädestä kiinni pitäminen Selän hierominen Juomaan kannustaminen vierellä oleminen	FYYSINEN TUKEMINEN	KONKREETTINEN TUKI	
Äidin olon tekeminen mukavaksi äidin tarpeisiin vastaaminen	ÄIDIN TARPEISIIN VASTAAMINEN		
synnytyssalissa apupoikana oleminen ohjeiden mukaan toimiminen	KÄTILÖIDEN OHJEIDEN MUKAAN TOIMIMINEN	OSALLISTUMINEN SYNNYTYKSEN ERI VAIHEISSA	
vauvan kanssa toimiminen synnytyksen jälkeen	VAUVANHOITO		
keinojen vähäisyys turhautuminen kun ei voi helpottaa kipua avuton olo avuttomuus	AVUTTOMUUS	HYÖDYTÖN ROOLI	
sivusta seuraaja ei suurempaa hyötyä vähäpätöinen rooli	VÄHÄINEN ROOLI		